

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Цалык»

Программа принята
на заседании ШМО
протокол № ____ от ____ -20 23

Согласовано
зам. директора по УВР
 Голжиева Д.Э.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Цалык
Дзгоева Д.С.
приказ №128 от 29.08.2023



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному курсу ОБЖ
(10 класс)

Автор: Бестаева Манана Романовна,
учитель ОБЖ МБОУ «СОШ с. Цалык»

Цалык– 2023 г.

Аннотация

Основы безопасности жизнедеятельности 10- класс

Изучается как самостоятельный учебный предмет.

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

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Место в учебном плане:

10 класс – 34 часа в год (1 час в неделю);

11 класс – 34 часа в год (1 час в неделю).

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ в 10 классе разработана на основе следующих документов:

- 1.Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12. 2010 года № 1897.
- 2.Примерной программы по учебным предметам по ОБЖ М. Методические материалы и документы по курс. под общ. Ред. А.Т. Смирнова. ОБЖ .М.: Просвещение, 2001г.: Просвещение, 2001г.
3. Учебного плана МБОУ СОШ с. Цалык на 2018-2019 учебный год.

Учебная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10—11 классов разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и предназначена для реализации Государственных требований к уровню подготовки выпускников средней (полной) школы. Программа является единой для всех видов и типов образовательных учреждений, реализующих основные образовательные программы среднего (полного) общего образования.

Предлагаемая учебная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования с учетом перспектив развития содержания образования в области безопасности жизнедеятельности, определенных концепцией модернизации российского образования.

В структуру программы включены следующие разделы:

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета
3. Содержание учебного предмета «ОБЖ» в 10 классах
4. Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы .

Программа ориентирована на УМК:

- 1.ОБЖ Учебник для 10 класса под общ. Ред. А.Т. Смирнова. ОБЖ .М.: Просвещение, 2014г.: Просвещение, 2014г.

2. Планируемые результаты освоения технологии на ступени основного общего образования

Личностные результаты:

- 1.Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 2.Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- 3.Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 4.Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;

- 5.Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 6.Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 7.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- 8.Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 9.Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 10.Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- 11.Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 12.Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- 1.Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2.Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3.Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4.Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- 5.Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6.Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7.Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8.Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- 9.Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

10. Освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

11. Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

1. Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2. Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4. Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

5. Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

6. Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

7. Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;

8. Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

9. Умение оказать первую помощь пострадавшим;

10. Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

11. Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Планируемые результаты

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)

2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа

3. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа

4. 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.

5. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства

6. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные

решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

3. Содержание учебного предмета «ОБЖ» в 10 классе

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Тема 1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.

Учащиеся должны знать правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.

Тема 2. Автономное существование человека в условиях природной среды.

Учащиеся должны знать автономное существование человека в условиях природной среды.

Тема 3. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

Учащиеся должны знать и соблюдать правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

Тема 4. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Учащиеся должны знать основные положения по уголовной ответственности несовершеннолетних.

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

Учащиеся должны знать правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Тема 6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Учащиеся должны знать что такое (РСЧС) её задачи и структура.

Тема 7. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.

Учащиеся должны знать законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.

Тема 8. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.

Учащиеся должны знать сущность цели и задачи го.

Тема 9. Современные средства поражения и их поражающие факторы.

Ядерное оружие и его боевые свойства. Химическое оружие.

Учащиеся должны знать современные средства поражения а также их поражающие факторы влияющие на жизнедеятельность человека. Учащиеся должны знать виды ядерного, химического оружия.

Тема 10. Современные средства поражения и их поражающие факторы Бактериологическое (биологическое) оружие.

Современные обычные средства поражения.

Учащиеся должны знать современные средства поражения а также их поражающие факторы влияющие на жизнедеятельность человека. Учащиеся должны знать виды

Тема 11. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

Учащиеся должны знать виды оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

Тема 12. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций.

Учащиеся должны знать виды инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Учащиеся должны знать как осуществляется организация инженерной защиты населения.

Тема 13 Средства индивидуальной защиты населения.

Учащиеся должны знать и уметь пользоваться средствами индивидуальной защиты.

Тема 14 Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

Учащиеся должны знать какая ведётся организация по аварийно-спасательным и неотложным работ в зонах ЧС.

Тема 15 Урок контроля и проверки знаний по теме.

Учащиеся должны показать знания по разделу «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

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

Учащиеся должны знать

Тема 2 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Учащиеся должны знать основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Тема 3 Здоровый образ жизни и его составляющие.

Учащиеся должны знать, что такое здоровый образ жизни и его составляющие.

Тема 4 Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Учащиеся должны знать, что такое биологические ритмы и их влияние на работоспособность.

Тема 5 Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Учащиеся должны знать, какое значение имеет двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Тема 6 Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Учащиеся должны знать, как влияют вредные привычки на здоровье.

Тема 7 Урок контроля и проверки знаний по разделу 2

Учащиеся должны показать знания по разделу «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Основы военной службы.

Тема 1 История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

Учащиеся должны знать историю создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

Тема 2 Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых сил, рода войск. История их создания и предназначение.

Учащиеся должны знать структуру Вооружённых Сил. Учащиеся должны знать виды Вооружённых сил, рода войск а также История их создания.

Тема 3 Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Учащиеся должны знать основные задачи и функции Вооружённых Сил России.

Тема 4 Другие войска, их состав и предназначение.

Учащиеся должны знать кто относится к другим войскам, их состав и предназначение.

Тема 5 Урок контроля и проверки знаний по теме.

Учащиеся должны показать знания по разделу «Основы военной службы 1 часть»

Тема 6 Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Учащиеся должны знать определение патриотизм и верность воинскому долгу.

Тема 7 Памяти поколений – дни воинской славы России.

Учащиеся должны знать дни воинской славы России.

Тема 8 Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.

Учащиеся должны знать определение, что такое дружба, войсковое товарищество.

Тема 9 Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Учащиеся должны знать и уметь различать боевые Знамена воинской части.

Тема 10 Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Учащиеся должны знать и уметь различать ордена – почётные награды.

Тема 11 Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Учащиеся должны знать, какие проводятся ритуалы Вооружённых Сил РФ.

Тема 12 Урок контроля и проверки знаний по темам.

Учащиеся должны показать знания по разделу «Основы военной службы 2 часть»

**Календарно-Тематическое планирование
курса "ОБЖ" для 10 класса на 2019-2020 учебный год**

№ урока	Разделы, темы	Количество часов	Требования к уровню подготовки обучающихся	Домашнее задание	Дата проведения
	<i>Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения</i>	7			
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	1	<i>Знать</i> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них. <i>Уметь</i> называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях	§ 1.1	
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	<i>Знать</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним. <i>Уметь</i> использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения	§ 1.2, 1.3	
3	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	1	<i>Знать</i> потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила	§ 1.4	

			безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в Чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера		
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1		§ 1.4	
5	Единая государственная система предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС)	1	<i>Знать</i> предназначение, структуру и задачи РСЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи	§ 1.5	
6	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	<i>Знать</i> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи	§ 1.6	
7	Контроль знаний (тестирование)	1		Глава 1	
	Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны	10			
8	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО	1	<i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	§ 2.1	
9	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1	<i>Иметь представление</i> о современных средствах поражения и их поражающих факторах. <i>Уметь</i> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления	§ 2.2	
10	Современные средства поражения, их поражающие факторы,	1		§ 2.2	

	мероприятия по защите населения				
11	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1		§ 2.2	
12	Оповещение и информирование населения о ЧС	1	<i>Знать</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <i>Уметь</i> действовать в чрезвычайных ситуациях	§ 2.3	
13	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1	<i>Знать</i> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. <i>Уметь</i> : действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты	§ 2.4	
14	Средства индивидуальной защиты населения	1	<i>Знать</i> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. <i>Уметь</i> владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)	§ 2.5	
15	Средства индивидуальной защиты населения				
16	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в школе	1	<i>Знать</i> об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	§ 2.6, 2.7	
17	Контроль знаний (тестирование)	1		Глава 2	
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	6			
18	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	<i>Знать</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета	§ 4.1	
19	Биологические ритмы и работоспособность	1	<i>Знать</i> основные составляющие	§ 4.2	

	человека		здорового образа жизни. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
20	Значение двигательной активности и закаливания	1	<i>Знать</i> о факторах, способствующих укреплению здоровья. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	§ 4.3	
21	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	1	<i>Знать</i> о вредных привычках– факторах, разрушающих здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	§ 4.4	
22	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	1		§ 4.4	
23	Контроль знаний (тестирование)	1		Глава 4	
	Основы военной службы	11			
24	История создания Вооруженных Сил России	1	<i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	§ 5.1	
25	Организационная структура Вооруженных Сил	1	<i>Иметь представление</i> об организационной структуре ВС РФ. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	§ 5.2	
26	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России	1	<i>Знать</i> функции и основные задачи современных Вооруженных Сил. <i>Иметь представление</i> об управлении Вооруженными Силами; о реформе Вооруженных Сил. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	§ 5.3	
27	Другие войска, их состав и предназначение	1		§ 5.4	
28	Патриотизм – основа героизма	1	<i>Знать</i> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам	§ 6.1	

			гражданина. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы		
29	Памяти поколений. Дни воинской славы России	1	<i>Знать</i> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. <i>Уметь</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	§ 6.2	
30	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности	1	<i>Иметь представление</i> о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	§ 6.3	
31	Боевое знамя воинской части.	1	<i>Иметь представление</i> о символах воинской чести. <i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	§ 7.1	
32	Ордена — почетные награды за воинские отличия	1	<i>Иметь представление</i> об основных государственных наградах. <i>Уметь</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды	§ 7.2	
33	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	<i>Иметь представление</i> о ритуалах ВС РФ. <i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	§ 7.3	
34	Контроль знаний (тестирование)	1		Глава 5,6,7.	

2. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

2.1. В результате аттестации по учебной дисциплине осуществляется комплексная проверка следующих умений и знаний, а также динамика формирования общих компетенций:

Таблица 1

Результаты обучения: умения, знания	Показатели оценки результата	Форма контроля и оценивания
Уметь:		
У 1. Уметь владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера И2. Использовать приобретенное умение в практической деятельности и повседневной жизни для оказания первой медицинской помощи; И4. вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Владение способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера Оказывать первую медицинскую помощь. Вызов (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У 2. Уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	Использование средств индивидуальной и коллективной защиты	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
У 3. Уметь оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. ИЗ. Использовать	Оценка уровня своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

приобретенное умение в практической деятельности и повседневной жизни для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.		
Знать:		
31. Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него. И1. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Демонстрация знания основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; знания о репродуктивном здоровье и факторах, влияющих на него. Ведение здорового образа жизни.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
32. Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	Демонстрация знания потенциальных опасностей природного, техногенного и социального происхождения, характерных для региона проживания	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
33. Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Демонстрация знания основных задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
34. Знать основы российского законодательства об обороне государства и	Демонстрация знания основ российского законодательства об обороне государства и	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной

воинской обязанности граждан	воинской обязанности граждан	и практической работы, тестирование
35. Знать порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу	Демонстрация знания порядка первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
36. Знать состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	Демонстрация знания состава и предназначения Вооруженных Сил Российской Федерации	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
37. Знать основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	Демонстрация знания основных прав и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
38. Знать основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	Демонстрация знания основных видов военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
39. Знать требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника. И3. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для	Демонстрация знания требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовленности призывника	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.		
310. Знать предназначение, структуру и задачи РСЧС И4. Использовать приобретенное знание в практической деятельности и повседневной жизни для вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи	Демонстрация знания предназначения, структуры и задач РСЧС. Вызов (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование
311. Знать предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	Демонстрация знания предназначения, структуры и задач гражданской обороны	Наблюдение, контроль выполнения самостоятельной и практической работы, тестирование

3. Оценка освоения учебной дисциплины:

3.1. Формы и методы оценивания

Предметом оценки служат умения и знания, предусмотренные ФГОС по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», направленные на использование в практической деятельности и повседневной жизни, на формирование общих и профессиональных компетенций.

Таблица 2. Контроль и оценка освоения учебной дисциплины по темам (разделам)

Элемент учебной дисциплины	Формы и методы контроля			
	Текущий контроль		Промежуточная аттестация	
	Форма контроля	Проверяемые У, З	Форма контроля	Проверяемые У, З
Раздел 1				
Тема 1.1	1. Самостоятельная работа	31		
Раздел 2				
Тема 2.1	2. Практическое	32		

	<i>занятие</i>			
Тема 2.2.	3. <i>Практическая работа</i> 4. <i>Самостоятельная работа</i>	У1, 32		
Тема 2.3.	5. <i>Практическое занятие</i> 6. <i>Самостоятельная работа</i>	У1, 32		
Тема 2.4.	7. <i>Практическое занятие</i> 8. <i>Самостоятельная работа</i>	У1, 32		
Раздел 3				
Тема 3.1	9. <i>Самостоятельная работа</i>	У1, У2, 32, 33		
			<i>Контрольная работа</i>	У1, У2, 32, 33
Тема 3.2.	10. <i>Самостоятельная работа</i>	У1, У2, 32, 33		
Тема 3.3.	11. <i>Устный опрос</i>	У1, У2, 32, 33, 310, 311		
Раздел 4				
Тема 4.1.	12. <i>Самостоятельная работа</i>	36		
Тема 4.2.	13. <i>Практическое занятие</i> 14. <i>Самостоятельная работа</i>	У3, 34, 35, 37		
Тема 4.3.	15. <i>Практическое занятие</i> 16. <i>Самостоятельная работа</i>	36		
Тема 4.4.	17. <i>Практическое занятие</i>	У3, 34, 37, 38, 39		

Дисциплина в целом			Дифференцированный зачет	У 1-3, 3 1-11
--------------------	--	--	--------------------------	---------------

3.2. Задания для оценки освоения учебной дисциплины

3.2.1. Задания для оценки (текущий контроль)

Задание 1. СРС:Подготовить рефераты по темам:

- Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.
- Здоровый образ жизни основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Проверяемые результаты обучения:31

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 2:Практические работы:

1. Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки.
2. Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения.

Самостоятельные работы:

- Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 6 ч.

Задание 3:Самостоятельные работы:

подготовить презентации по темам:

- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табачный дым и его составные части.
- Пассивное курение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека.
- подготовка рефератов на темы:
- Витамины и их влияние на организм человека.
- Воздействие музыки на организм человека.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- подготовка сообщений на темы:
- Стресс и его влияние на организм человека.
- Пути повышения умственной и физической работоспособности.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Негативные факторы производственной среды.
- Техносфера как источник негативных факторов.
- Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.

Время выполнения задания 12 ч.

Задание 4. Самостоятельная работа:

Подготовить презентацию на тему:

- профилактика инфекционных заболеваний.

Время выполнения задания 1 ч.

Задание 5:Самостоятельные работы:

- Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 5 ч.

Задание 6.Самостоятельные работы:

- изучение опорного конспекта
- Изучение лекционного материала

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 7:Практические работы:

1. Отработка норматива одевания индивидуальных средств защиты органов дыхания.
2. Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.

Время выполнения задания 2 ч.

Задание 8. Практические работы:

1. Применение профессиональных знаний при прохождении воинской службы по призыву в соответствии с полученной профессией.
2. Изучение способов бесконфликтного общения в условиях военной службы.
3. Изучение прохождения военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией.

Время выполнения задания 3 ч.

Задание 9. Самостоятельные работы:

подготовить сообщения по темам:

- Организация обороны РФ.
- Военнослужащий-патриот с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Время выполнения задания 2 ч.

Задание 10.Практическиезанятия:

1. Изучение оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, вывихах.
2. Изучение оказания медицинской помощи при ранениях.
3. Изучение оказания медицинской помощи при кровотечениях.
4. Отработка правильности наложения жгута, давящей повязки при кровотечениях.
5. Изучение оказания медицинской помощи при переломах.
6. Изучение оказания медицинской помощи при травматическом шоке.
7. Отработка правильности наложение шин и транспортировка пострадавших при переломах.
8. Изучение оказания медицинской помощи при поражении электрическим током.
9. Изучение оказания медицинской помощи при обморожениях.

Самостоятельные работы: Изучение лекционного материала на тему: «правила оказания первой медицинской помощи.»

Время выполнения задания 14 ч.

Задание 11. Дифференцированный зачет

Время выполнения задания 1 ч.

Критерии оценки:

«отлично», если студент показал глубокие и твердые знания программного материала, быстро принимает правильные решения, четко подает команды, безупречно владеет приемами работы на технике и уверенно выполняет установленные нормативы;

«хорошо», если студент твердо знает программный материал, грамотно и без ошибок его излагает, правильно применяет полученные знания к решению практических задач, уверенно владеет приемами работы с материальной частью техники, имеет прочные навыки в выполнении установленных нормативов;

«удовлетворительно», если студент имеет знания только основного материала, требует в отдельных случаях дополнительных (наводящих) вопросов для полного ответа, допускает неточности или неуверенно подает команды, неуверенно выполняет приемы при работе с материальной частью техники и нормативы

«неудовлетворительно», если студент допускает грубые ошибки при ответе на поставленные вопросы, не может применить полученные знания на практике, имеет низкие навыки в работе на технике, не выполняет на оценку «удовлетворительно» установленные нормативы.

Индивидуальная оценка студентам объявляется сразу после выполнения упражнения, задачи, норматива; на групповых занятиях - в конце занятия.

3.2.2. Задание для оценки знаний (промежуточный контроль)

3.2.2.1 по разделу Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.

Письменная контрольная работа(тестирование)

Тест-задание

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

- а. Порядок выполнения повседневных дел

- б. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

- а. Питание, распределенное по времени принятия пищи
- б. Питание с учетом потребностей организма
- в. Питание определенным набором продуктов питания
- г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

- а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в. Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

- а. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.
- б. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.
- в. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.
- г. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

7. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Легочная система,
- в) Мозговая активность;

8. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

- а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,
- б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,
- в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,
- г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

9. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Нервную систему,
- в) Легочную систему,
- г) Костную ткань;

10. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

- а) Влияет, но незначительно,
- б) Не влияет,
- в) Влияет;

11. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?

- а) Психическая зависимость,
- б) Физическая зависимость,

- в) Хорошее настроение,
- г) Изменение чувствительности к наркотику;

12. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

13. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение, б) Возбуждение или депрессивное состояние, в) Нарушение речи, г) Ухудшение слуха, д) Тошнота и рвота

3.2.2.2 по разделу Изучение Государственной системы обеспечения безопасности населения.

Письменная контрольная работа(тестирование)

Тест-задание

1. **Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?**
 - а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
 - б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
 - в). Быстро направиться в укрытие.
2. **Что такое чрезвычайная ситуация?**
 - а) особо сложное социальное явление
 - б) определенное состояние окружающей природной среды
 - в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.
3. **Чем характеризуется каждая ЧС?**
 - а) Химической сущностью
 - б) физической сущностью
 - в) своими, только ей присущими причинами возникновения
 - г) особенностями воздействия на человека и среду обитания
4. **Как подразделяются ЧС по характеру источника?**
 - а) на природные и техногенные
 - б) на экологические
 - в) на биолого-социальные
 - г) на военные
5. **Что является основным источником ЧС природного характера?**
 - а) магнитные бури
 - б) антропогенное воздействие
 - в) стихийные бедствия
 - г) биологические процессы
6. **Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?**
 - а) по количеству погибших
 - б) по месту возникновения

- в) по причине возникновения
 - г) по характеру основных поражающих факторов
- 7. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?**
- а) беда
 - б) авария
 - в) коллапс
 - г) катастрофа
- 8. Что представляет собой транспортная авария?**
- а) уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств
 - б) происшествие, повлекшее за собой уничтожение и повреждение транспортных сооружений и средств или ущерб окружающей среде
 - в) происшествие, повлекшее за собой причинение пострадавшим тяжёлых телесных повреждений
 - г) происшествие, повлекшее за собой гибель людей
- 9. Химическое оружие – это:**
- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
 - б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
 - в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.
- 10. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:**
- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
 - б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
 - в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.
- 11. Ядерное оружие – это:**
- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
 - б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

12. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения;
- б) в первые сутки после выпадения;
- в) в течении трёх суток после выпадения.

13. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, заражённое отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состояния атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое повышение температуры окружающей среды, понижение концентрации в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании