

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ливенская средняя общеобразовательная школа №1»
Красногвардейского района Белгородской области

Рассмотрено Руководитель СМО МБОУ «Ливенская СОШ №1»  Удовиденко В. Н. Протокол № 5..... от 24. «нояб.» 2014 г.	Согласовано Зам. директора МБОУ «Ливенская СОШ №1»  Никонкова Г.М. „24“ «нояб.» 2014 г.	Утверждено на заседании педагогического совета протокол № 1 от „18“ «авг.» 2014 г.	Введено в действие приказом №..... от «.....» 2014 г. Директор МБОУ «Ливенская СОШ №1»  Понамарёва Т.И.
--	--	--	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет: основы безопасности жизнедеятельности

Уровень общего образования: среднего общего образование

Программу разработал: Адамов С.Д

Срок освоения ООП СОО: 2 года

Год составления рабочей программы: 2014

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка

Требования к уровню подготовки обучающихся

Учебно-тематический план

Календарно-тематическое планирование

Содержание программы учебного курса

Формы и средства контроля

Перечень учебно-методического и материально-технического оснащения образовательного процесса

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для уровня среднего общего образования (10-11классы) разработана на срок действия основной образовательной программы среднего общего образования на основе:

Федерального компонента государственного образовательного стандарта. Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности(начальная школа, основная школа, средняя школа: базовый и профильный уровень под общей редакцией А.Т. Смирнова. 1-11 классы. Просвещение, 2008г

Федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», « О воинской обязанности и военной службы», «Об обороне», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной охране», «О гражданской обороне» -Постановления Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 года № 1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе».

Федерального закона Российской Федерации «О безопасности дорожного движения»;

Рабочая программа направлена на реализацию следующих целей и задач:

Цели:

- 1Повторение правил обеспечения безопасности на транспорте;
- 2Повторение правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
- 3Повторение и закрепление ситуаций связанных с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- 4Закрепление смер по профилактике травм в школьном возрасте;
- 5 Повторение и закрепление основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
- 6Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
- 7Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.
8. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ).
9. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью, воспитание личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.
10. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

11. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим

Задачи:

1дать: знания о здоровье и ЗОЖ; знания о правилах поведения в экстремальных ситуациях;

2научить: говорить, слушать, искать знания; оказать помощь;

3воспитать: культуру мышления; культуру общения;

4формировать: достоинство, нравственные убеждения;

4развить: способности, память, внимание; самоконтроль.

Закрепить знания о безопасности поведения 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;

Воспитывать ответственность за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;

Развивать черты личности, необходимые для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма;

Формировать умение: оценивать ситуации, опасных для жизни и здоровья ; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

Учить пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных ситуациях;

Изменения, внесённые в рабочую программу: В авторской программе на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе отводится 35 учебных часов, а рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа согласно учебному плану МБОУ «Ливенская средняя общеобразовательная школа №1» на 2014-2015 учебный год и годовому календарному учебному плану-графику на 2014-2015 учебный год, поэтому количество часов уменьшено за счёт уменьшения часов с 3 до 2 в разделе «Символы воинской чести»

В авторской программе на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 11 классе отводится 35 учебных часов, а рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа согласно учебному плану МБОУ «Ливенская средняя общеобразовательная школа №1» на 2014-2015 учебный год и годовому календарному учебному плану-графику на 2014-2015 учебный год, поэтому количество часов уменьшено за счёт уменьшения часов с 7 до 6 в разделе «Военнослужащий — защитник своего Отечества Честь и достоинство воина Вооруженных Сил»

Рабочая программа по ОБЖ для уровня среднего общего образования (10-11 классов) ориентирована на использование учебно-методического комплекта под редакцией А.Т. Смирнова: Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности

жизнедеятельности (средней школы, под общей редакцией А.Т. Смирнова. 1-11 классы. Просвещение, 2008г

10 класс - учебник для 10 класса «Основы безопасности жизнедеятельности», (А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев под общей редакцией А.Т. Смирнова), Издательство Москва «Просвещение», 2010 г.),
11 класс- учебник для 11 класса «Основы безопасности жизнедеятельности», (А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников под общей редакцией А.Т. Смирнова), Издательство Москва «Просвещение», 2010 г.),

Рабочая программа по ОБЖ (согласно учебному плану МБОУ «Ливенская СОШ №1» на 2014-2015 учебный год) рассчитана :

10 класс- 1 час в неделю, за год – 34

11 класс- 1 час в неделю, за год – 34

Формы и организация учебного процесса применяемые на уровне среднего общего образования (10-11 класса):

- индивидуальные
- групповые
- индивидуально – групповые
- фронтальные

комбинированные уроки, уроки-лекции, урок-исследование, уроки изучения нового материала, обобщающие уроки, уроки контроля.

Текущий контроль осуществляется в ходе проведения по основным темам, тестирования.

Формы текущего контроля

- Фронтальный опрос
- Опрос в парах
- Тестирование

Формы итогового контроля

- Итоговое тестирование.

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности» и «Безопасное колесо», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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.

Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «Уметь» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Требования разработаны на основании Госстандарта по ОБЖ в соответствии с обязательным минимумом и служат основой для разработки и осуществления контроля качества образования по ОБЖ для государственной аттестации выпускников образовательных учреждений.

По окончании курса обучающийся должен:

Знать/понимать:

- 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;
- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

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

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10класс

№ п/п	Раздел Тема урока	Календарные сроки		ЦОР	Примечание
	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях				
	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения				
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода			Презентация sannikov.ucoz.ru	
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних			http://www.km.ru	
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера			Презентация sannikov.ucoz.ru	
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи			kuchmi-obg08.ucoz.ru	

6	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны			Презентация sannikov.ucoz.ru	
7	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
8	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени			Презентация sannikov.ucoz.ru	
10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
11	Средства индивидуальной защиты			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных			Презентация sannikov.ucoz.ru	

	ситуаций				
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний			Презентация sannikov.ucoz.ru	
14	Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
15	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
16	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
	Основы здорового образа жизни			http://www.km.ru	
17	Здоровый образ жизни и его составляющие			Презентация sannikov.ucoz.ru	
18	Здоровый образ жизни и его составляющие				
19	Биологические ритмы			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	

	и их влияние на работоспособность человека				
20	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека			http://www.km.ru	
21	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека			Презентация sannikov.ucoz.ru	
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье.			http://www.km.ru	
23	Профилактика вредных привычек			http://www.km.ru	
	Основы военной службы				
	Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества				
24	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
25	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации			http://www.km.ru	
26	Организационная структура Вооруженных Сил.			http://www.km.ru	
27	Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение			Презентация sannikov.ucoz.ru	
28	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и				

	место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил				
29	Другие войска, их состав и предназначение			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
	Боевые традиции Вооруженных Сил России				
30	Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества				
31	Памяти поколений — дни воинской славы России				
32	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений				
	Символы воинской чести				
33	Боевое Знамя воинской части ~ символ воинской чести, доблести и славы			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
34	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации			kuchmi-obg08.ucoz.ru	

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
11класс

№ п/п	Раздел тема урока	Календарные сроки			Примечание
		по плану	факт		
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
	Основы здорового образа жизни				
1	Правила личной гигиены и здоровье			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
3	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики			http://www.km.ru	
4	СПИД и его профилактика			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
5	СПИД и его профилактика			http://www.km.ru	
6	Семья в современном обществе. Законодательство и семья			Презентация sannikov.ucoz.ru	
	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи				
7	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте			http://www.km.ru	
8	Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
9	Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)				
10	Первая медицинская помощь при остановке сердца			Презентация sannikov.ucoz.ru	
	Основы военной службы				
	Воинская обязанность				
11	Основные понятия о воинской обязанности			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
12	Организация воинского учета и его предназначение			http://www.km.ru	

13	Обязательная подготовка граждан к военной службе			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
14	Обязательная подготовка граждан к военной службе			http://www.km.ru	
15	Добровольная подготовка граждан к военной службе			http://www.km.ru	
16	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
17	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
18	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет			Презентация sannikov.ucoz.ru	
19	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе			http://www.km.ru	
	Особенности военной службы			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
20	Правовые основы военной службы			http://www.km.ru	
21	Общевойские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
22	Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
23	Прохождение военной службы по призыву			http://www.km.ru	
24	Прохождение военной службы по призыву			http://www.km.ru	
25	Прохождение военной службы по контракту			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
26	Права и ответственность военнослужащих			http://www.km.ru	
27	Альтернативная гражданская служба			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	

	Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил				
28	Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества			http://www.alleng.ru/edu/saf.htm	
39	Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой			Презентация sannikov.ucoz.ru	
30	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально - психологическим и профессиональным качествам гражданина			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
31	Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников			kuchmi-obg08.ucoz.ru	
32	Как стать офицером Российской армии				
33	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации			Презентация sannikov.ucoz.ru	
34	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации			Презентация sannikov.ucoz.ru	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 класс

Раздел Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Понятие о терроризме. Современный терроризм, его характерные черты и особенности. Основные причины и факторы, влияющие на распространение терроризма в России. Законодательство Российской Федерации в области борьбы с терроризмом.

Правила безопасного поведения: при обнаружении взрывоопасного (подозрительного) предмета; при угрозе взрыва; при взрыве; после взрыва. Правила безопасного поведения на улице и в доме (квартире) при стрельбе в населенном пункте. Правила безопасного поведения при захвате в заложники и во время операции спецслужб по их освобождению. Правила безопасного поведения при поступлении угрозы по телефону; при поступлении угрозы в письменной форме; при получении писем, содержащих химические порошкообразные вещества.

Правила безопасного поведения при возникновении региональных и локальных вооруженных конфликтов и массовых беспорядков.

Понятие о вооруженном конфликте. Региональные и локальные вооруженные конфликты, их причины и последствия. Чрезвычайное положение и правила безопасного поведения при его введении. Правила безопасного поведения при объявлении военного положения. Правила безопасного поведения при ведении боевых действий.

Массовые беспорядки и формы их проявления. Основные причины массовых беспорядков. Толпа как главная опасность массовых беспорядков.

Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера.

Психологические аспекты подготовки к действиям в опасных ситуациях, связанных с террористическими акциями, вооруженными конфликтами и массовыми беспорядками.

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного характера. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения: во время внезапного землетрясения; при сходе оползней, селей, обвалов и лавин; при возникновении ураганов, бурь и смерчей; при наводнении; во время природных пожаров.

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отработка практических навыков безопасного поведения: при пожарах и взрывах; при авариях с выбросом опасных химических и радиоактивных веществ; при гидродинамических и транспортных авариях.

Правила безопасного поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций военного характера.

Понятие о ядерном оружии, его классификация и поражающие факторы. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.

Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Классификация БТХВ. Признаки поражения БТХВ. Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия.

Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Правила безопасного поведения и способы защиты от бактериологического (биологического) оружия.

Современные обычные средства поражения, их классификация и характеристика. Способы защиты от современных обычных средств поражения.

Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения

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

Организация и функционирование единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС. Функции и задачи подсистем и уровней РСЧС. Органы управления, координирующие и рабочие органы РСЧС. Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства РСЧС.

Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий.

Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Силы и средства гражданской обороны. Нештатные аварийно-спасательные формирования.

Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов

Международное гуманитарное право о защите населения. Правовая защита раненых и больных, медицинского персонала, военнопленных и гражданского населения при вооруженных конфликтах. Пропавшие без вести и погибшие при вооруженных конфликтах.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний

Инфекционные заболевания и их профилактика

Понятие об инфекционном заболевании. Классификация инфекционных заболеваний и их внешние признаки. Возникновение и распространение

инфекционных заболеваний, пути их передачи. Понятие об иммунитете. Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика инфекционных заболеваний.

Первая медицинская помощь при острых состояниях

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот»

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности.

Факторы, укрепляющие здоровье человека.

Основные факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание, режим труда и отдыха, двигательная активность, физическая культура и закаливание.

Факторы, разрушающие здоровье человека. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье человека. Наркомания и токсикомания. Профилактика наркомании и токсикомании.

Основы военной службы

Основы обороны государства

Защита Отечества — долг и обязанность граждан России

Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан. Отражение государственной политики в области обороны государства и воинской обязанности граждан в Конституции Российской Федерации, законах Российской Федерации «Об обороне», «О безопасности», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих».

Вооруженные Силы Российской Федерации — основа обороны, государства История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение с учетом

концепции государственной политики Российской Федерации по военному строительству.

Государственная и военная символика России, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Символика Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали — почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Система государственных наград в Российской Федерации.

Понятие о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. Понятие о героизме и мужестве, примеры героизма и мужества. Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к военной присяге, вручение Боевого Знамени воинской части, вручение военнослужащим вооружения и военной техники, проводы военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.

Основы подготовки к военной службе (практические занятия на базе воинской части)

Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка.

11 класс

Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

1. Основы здорового образа жизни.

1.1. Правила личной гигиены и здоровье.

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный, материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

1.4. СПИД и его профилактика.

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД — финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия).

Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия).

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия).

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза при повреждении позвоночника.

2.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

Раздел II. Основы военной службы .

3. Воинская обязанность.

3.1. Основные понятия о воинской обязанности

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

3.2. Организация воинского учета и его предназначение.

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

3.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

3.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

3.5. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет.

Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

4. Особенности военной службы

4.1. Правовые основы военной службы

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы.

Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.

4.3. Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России.

Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

4.4. Прохождение военной службы по призыву.

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и

предоставления отсрочек. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы,

организация проводов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания

военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.

4.5. Прохождение военной службы по контракту.

Основные условия прохождения военной службы по контракту.

Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

4.6. Права и ответственность военнослужащих.

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

4.7. Альтернативная гражданская служба.

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил

5.1. Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.

5.2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать

свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально- психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему.

Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

5.5. Как стать офицером Российской армии.

Ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России.

Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. Оценку «4» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. Оценку «3» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. Оценку «2» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

Тестовые задания используемые на уроках: Контрольные тесты:

1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а. медленное и тягучее кровотечение;
- б. быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в. сильная боль в повреждённой части тела;
- г. кровь ярко-красного цвета;
- д. кровь темно-красного цвета.

2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а. кровь спокойно вытекает из раны;
- б. кровь фонтанирует из раны;
- в. кровь ярко-красного цвета;
- г. кровь тёмно-красного цвета;
- д. слабость.

3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;

- б. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
- в. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- д. на 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

4. Как правильно наложить давящую повязку?

- а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б. обработать края раны вазелином или кремом;
- в. прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г. наложить повязку.

5. Укажите признаки внутреннего кровотечения?

- а. порозовение кожи в области повреждения;
- б. посинение кожи в области повреждения;
- в. учащённый слабый пульс и частое дыхание;
- г. кашель с кровянистыми выделениями;
- д. повышение артериального давления;
- е. чувство неутолимого голода.

6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- в. смазать рану вазелином или кремом;
- г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а. наложением холода на место ушиба;
- б. наложением тепла на место ушиба;
- в. наложением на место ушиба тугй повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- а. наложить на повреждённое место холод;
- б. наложить на повреждённое место тепло;
- в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- а. обеспечить повреждённой конечности покой;
- б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- а. вправить вышедшие наружу кости;

- б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
- в. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

- а. провести иммобилизацию места перелома;
- б. устранить искривление конечности;
- в. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

- а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
- б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- в. на голову пострадавшему положить холод;
- г. вызвать врача.

13. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

- а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
- б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
- в. произвести прекардиальный удар в область грудины;
- г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

11 класс, II (ответы)

Фамилия, Имя, класс						
№ вопроса	Варианты ответов					
	а	б	в	г	д	е
1			Х	Х		
2	Х			Х		
3		Х	Х	Х		
4	Х		Х	Х		
5		Х	Х	Х		
6		Х		Х		
7	Х		Х	Х		
8	Х		Х	Х		
9	Х		Х	Х		
10		Х	Х	Х		
11	Х		Х	Х		
12	Х		Х	Х		
13	Х		Х	Х		

2. Что понимается под социальной позицией личности?

- а. политические взгляды на события и явления;
- б. место, которое может занимать человек в каких-либо ситуациях;
- в. функциональное место, которое может занимать человек по отношению к другим людям в обществе;
- г. определённые обязанности по отношению к другим людям.

2. Что понимается под направленностью личности?

- а. сочетание материального и духовного начала в деятельности личности;
- б. сочетание различных факторов, воздействующих на выбор определённого образа жизни и его активное осуществление;
- в. сочетание жизненных целей, мотивов деятельности, поведения и отношения к выбору определённого образа жизни и его активному осуществлению;

г. сочетание необходимых качеств личности, направленных на активное осуществление различных видов деятельности.

3. Что собой представляет мировоззрение человека?

- а. взгляды личности на определённые события и явления;
- б. система взглядов на состояние окружающей среды;
- в. система взглядов на окружающую действительность и место человека в ней;
- г. отношение ко всему происходящему в природе и обществе, включая армейскую службу;

4. Какие типы слухов выделяют современные психологи?

- а. пассивные слухи;
- б. агрессивные слухи;
- в. слухи-желания;
- г. слухи-пугала.

5. Дополните предложение?

Честь-это...

- а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;
- б. вежливое и достойное отношение к людям;
- в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

6. Дополните предложение.

Самовоспитание-это...

- а. коллективная работа по совершенствованию своих человеческих качеств;
- б. конкретные действия по воспитанию окружающих;
- в. деятельность самого субъекта с целью изменить свои психологические свойства и процессы, свою личность в целом;
- г. деятельность окружающих с целью изменить свои психологические свойства и процессы определённого объекта.

11 класс, IV (ответы)

Фамилия, Имя, класс						
№ вопроса	Варианты ответов					
	а	б	в	г	д	е
1			X			
2			X			
3			X			
4		X	X	X		
5			X			
6			X			

Перечень учебно-методического и материально-технического оснащения образовательного процесса

Основная литература

Учебник для **10 11**класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2009 г).

Дополнительная литература

- Учебное пособие Противодействие терроризму.
- Комплект плакатов противодействия терроризму.
- Федеральный закон « О противодействии терроризму»
- Правила пожарной безопасности в Российской Федерации.- ТЦ Сфера 2003 г
- Учебное пособие по «основам военной службы»
- Закон Российской федерации « о защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
- Комплект плакатов по гражданской \обороне.
- Правила дорожного движения
- Учебное пособие «Военная топография Москва 2003
- Учебное пособие «тактическая подготовка» Москва 2003
- Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ издательство «феникс» 2006.

Учебное пособие «Военная служба вопросы и ответы». Москва 2002

Мультимедийные пособия в помощь преподавателю – организатору ОБЖ

- 1 D-ROM: - «ВИЧ знать чтобы жить». Видеостудия «кварт»
- 2.Тесты по основам безопасности жизнедеятельности.

Сайты в помощь преподавателю-организатору ОБЖ

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru/
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://www.ed.gov.ru
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm

Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Департамент образования, культуры и молодёжной политики Белгородской области	http://www.beluno.ru
Белгородский региональный институт ПКППС	http://ipkps.bsu.edu.ru/
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дома «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru/
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net/
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru/
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	http://www.econavt-catalog.ru/
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД:	// http://www.bezopasnost.edu66.ru

Всё о Безопасности Жизнедеятельности	
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http:// www.hardtime.ru

Оборудование и приборы
(в соответствии с минимальными требованиями)

№	наименование	количество
1	компьютер	1
2	проектор	1
3	экран	1
4	Общевойсковой противогаз ГП - 5	5
5	Макет убежища	1
6	Пневматическое оружие	1

