

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 46  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТА**  
педагогическим советом  
ГБОУ школы № 46  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
протокол от 31.08.2022 № 5

**СОГЛАСОВАНА**  
методическим советом  
ГБОУ школы № 46  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
протокол от 21.06.2022 № 4

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом от 31.08.2022 № 179  
директор ГБОУ школы №46  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
М.Н. Эйдемиллер

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
для обучающихся 10 класса  
(базовый уровень)  
34 часа в год, 1 час в неделю

Составитель:  
Акопян Роберт Джаникович,  
преподаватель-организатор ОБЖ  
первой квалификационной категории

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Общие цели образования с учётом специфики учебного предмета**

Основное общее образование — вторая ступень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса. Предмет ОБЖ дает представление о здоровом образе жизни, правильном питании, эмоциональном и психическом состоянии, действия в условиях ЧС, оказание первой медицинской помощи.

Главной целью подготовки обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка человека к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства, уметь грамотно оценивать сложившуюся обстановку и принимать правильное решение в условиях чрезвычайной ситуации природного, техногенного, социального характера, обладать основами выживания при автономном существовании, вести здоровый образ жизни, уметь оказывать первую доврачебную помощь, знать основы правил дорожного движения и грамотно ими пользоваться.

### **Нормативные акты и учебно-методические документы, на основании которых разработана программа**

Рабочая программа по ОБЖ разработана для 10 класса на основании:

- Рабочая программа составлена на основе авторской программы по ОБЖ С.В.Ким, В.А.Горский., 10 кл.- Издательство «Вентана-Граф», 2019 г.
- Федерального перечня учебников, утверждённого приказом (№ 345 от 28.12.18) Министерства Просвещения РФ, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе, в общеобразовательных учреждениях на 2021/2022 учебный год;
- Основной образовательной программы основного общего образования ОУ № 46
- Учебного плана ОУ № 46 на 2021-2022 учебный год;
- Положения о рабочей программе ОУ № 46

### **Место учебного предмета в учебном плане ГБОУ школы №46**

ОБЖ – уникальный предмет в силу своей актуальности, востребованности, практической направленности, всеобщности и системности. Возникнув на месте начальной военной подготовки и гражданской обороны, предмет постепенно расширился за счёт включения важной проблематики современного мира, что позволило ему выйти на новый, более высокий уровень. На уроках ОБЖ у школьников закладывается позитивная и конструктивная концепция развития государства на основе идеологии культуры безопасности, тесно связанной с нормами права, этики и морали. Предмет позволяет не только формировать и развивать у школьников высокие моральные качества, психологическую устойчивость к опасностям и чрезвычайным ситуациям, но и бережно относиться к окружающей среде и своему здоровью.

Одной из главных задач школы сегодня является передача обучающимся специальных знаний, формирования у них умений и навыков, необходимых для безопасной жизнедеятельности. И именно изучение учебного предмета ОБЖ позволяет ребятам получить систематизированное представление об опасностях, прогнозировании и поведении в чрезвычайных ситуациях, научиться оценивать влияние последствий этих ситуаций на жизнь и здоровье людей и вырабатывать алгоритмы безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Таким образом, предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» готовит обучающихся не только к правильному поведению и эффективным действиям в опасных и экстремальных ситуациях, но также способствует укреплению их духовного, физического и психического здоровья, которое заложено в основе безопасной жизнедеятельности каждого человека.

## **Информация о количестве учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа в соответствии с учебным планом**

Предмет ОБЖ изучается в объеме 34 часа в год - 1 час в неделю.

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **10 класс (34 часа)**

##### **Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.**

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и

безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

**Здоровый образ жизни. Что это?** Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки - строительный материал для организма; углеводы и жиры - источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета. Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая.

**Психическое здоровье** - эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества.

Круг интересов человека. Фанаты и поклонники. Расширение кругозора. Дети - Маугли.

**Репродуктивное здоровье** — способность человека к воспроизведению. Половое созревание - особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста

#### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

ЧС в быту. Отравление угарным газом, ядохимикатами. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

Подручные средства самообороны. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы. Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище

## **Итоговое контрольное тестирование**

### **Итоговое повторение и обобщение пройденного материала.**

#### **Планируемые результаты обучения**

- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера; классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;

#### **Личностные результаты обучения:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 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 предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- 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;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Предметные результаты обучения:**

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;

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

## Метапредметными результатами обучения:

Регулятивные УУД: умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- 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;
- 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;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, 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;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- 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;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Текущий контроль успеваемости проводится в форме письменной, устной и комбинированной проверок. Контроль может проводиться в форме: проверочной работы, творческой работы, письменного ответа на вопрос, терминологического диктанта, устного опроса (индивидуального или фронтального).

### Оценка самостоятельных письменных и контрольных работ.

Оценка "5" ставится, если ученик:

- выполнил работу без ошибок и недочетов;
- допустил не более одного недочета.

**Оценка "4" ставится, если ученик выполнил работу полностью, но допустил в ней:**

- не более одной негрубой ошибки и одного недочета;
- или не более двух недочетов.

**Оценка "3" ставится, если ученик правильно выполнил не менее половины работы или допустил:**

- не более двух грубых ошибок;
- или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета;
- или не более двух-трех негрубых ошибок;
- или одной негрубой ошибки и трех недочетов;
- или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.

**Оценка "2" ставится, если ученик:**

- допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка "3";
- или если правильно выполнил менее половины работы.

**Оценка "1" ставится, если ученик:**

- Не приступал к выполнению работы.
- Правильно выполнил не более 10 % всех заданий.

**Примечание.**

Учитель имеет право поставить ученику оценку выше той, которая предусмотрена нормами, если учеником оригинально выполнена работа.

Оценки с анализом доводятся до сведения учащихся, как правило, на последующем уроке, предусматривается работа над ошибками, устранение пробелов.

**Критерии выставления оценок за проверочные тесты.**

**Критерии выставления оценок за тест, состоящий из 10 вопросов.**

Время выполнения работы: 10-15 мин.

**Оценка:**

- «5» - 10 правильных ответов,
- «4» - 7-9 правильных ответов,
- «3» - 5-6 правильных ответов,
- «2» - менее 5 правильных ответов.

**Критерии выставления оценок за тест, состоящий из 20 вопросов.**

Время выполнения работы: 30-40 мин.

**Оценка «5» -**

- 18-20 правильных ответов,
- «4» - 14-17 правильных ответов,
- «3» - 10-13 правильных ответов,
- «2» - менее 10 правильных ответов.

**Оценка устных ответов учащихся.**

**Оценка «5»** ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

**Оценка «4»** ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

**Оценка «3»** ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при

решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

**Оценка «2»** ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

### Поурочно-тематическое планирование

№	Раздел	Всего часов	Проверочные работы (общее количество часов)	Практическая часть (общее количество часов)
1	Основы комплексной безопасности личности, общества, государства	4	1	-
2	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.	16	1	-
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	13	1	2
4	Повторение	1	-	-
	Итого	34	3	2

### Практические работы

1. Правило оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. ( транспортировка пострадавшего, наложение шины, жгута, перевязки)
2. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах..( транспортировка пострадавшего, наложение шины, жгута, перевязки)



## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс, 1 час в неделю, всего - 34 ч., в том числе резерв – 1 час

№ урока	Темы урока	Количество часов	Тип/форма урока	Вид/форма контроля	Практическая работа	Дата
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека	1	Урок - беседа	Фронтальный опрос	-	1 неделя
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1	Урок изучения нового	Индивидуальный опрос	-	2 неделя
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	Урок изучения нового	Фронтальный опрос	-	3 неделя
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	Урок изучения нового	Индивидуальный опрос	-	4 неделя
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	Урок открытия нового знания	Фронтальный опрос	-	5 неделя
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1	Урок открытия новых знаний	Работа в группах	-	6 неделя
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального государства.	1	Урок закрепления новых знаний	Индивидуальный опрос	-	7 неделя
8	Повторение и обобщение знаний	1	Обобщающий урок	Проверочная работа	-	8 неделя
9	Противодействие экстремизму.	1	Урок открытия новых знаний	Фронтальный опрос	-	9 неделя
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	1	Урок - лекция	Индивидуальный опрос	-	10 неделя
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) .	1	Урок - лекция	Фронтальный опрос	-	11 неделя
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской	1	Урок - лекция	Фронтальный опрос	-	12 неделя

	обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.					
<b>13</b>	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	<b>1</b>	Урок изучения нового	Фронтальный опрос	-	13 неделя
<b>14</b>	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	<b>1</b>	Урок открытия новых знаний	Индивидуальный опрос	-	14 неделя
<b>15</b>	Обобщение знаний по теме - ЧС	<b>1</b>	Обобщающий урок	Проверочная работа	-	15 неделя
<b>16</b>	Защита населения и территорий от военной опасности оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	<b>1</b>	Урок - лекция	Работа в группах	-	16 неделя
<b>17</b>	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	<b>1</b>	Урок - лекция	Фронтальный опрос	-	17 неделя
<b>18</b>	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	<b>1</b>	Урок – открытие новых знаний	Индивидуальный опрос	-	18 неделя
<b>19</b>	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	<b>1</b>	Урок - лекция	Индивидуальный опрос	-	19 неделя
<b>20</b>	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	<b>1</b>	Урок - лекция	Фронтальный опрос	-	20 неделя
<b>21</b>	Вооруженные Силы Российской Федерации; организационные основы	<b>1</b>	Урок – лекция	Фронтальный опрос	-	21 неделя
<b>22</b>	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	<b>1</b>	Урок - лекция	Фронтальный опрос	-	22 неделя
<b>23</b>	Воинская обязанности и военная служба.	<b>1</b>	Урок - лекция	Индивидуальный опрос	-	23 неделя
<b>24</b>	Права и обязанности военнослужащих.	<b>1</b>	Урок изучения нового	Индивидуальный опрос	-	24 неделя
<b>25</b>	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	<b>1</b>	Урок - лекция	Индивидуальный опрос	-	25 неделя

<b>26</b>	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	<b>1</b>	Урок - беседа	Индивидуальный опрос	-	26 неделя
<b>27</b>	Повторение и обобщение знаний	<b>1</b>	Обобщающий урок	Проверочная работа	-	27 неделя
<b>28</b>	Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры их профилактики.	<b>1</b>	Урок – открытие новых знаний	Фронтальный опрос	-	28 неделя
<b>29</b>	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	<b>1</b>	Урок – открытие новых знаний	Фронтальный опрос	-	29 неделя
<b>30</b>	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	<b>1</b>	Урок - лекция	Индивидуальный опрос	-	30 неделя
<b>31</b>	Правило оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	<b>1</b>	Практическая работа	Практическая работа	1	31 неделя
<b>32</b>	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	<b>1</b>	Практическая работа	Практическая работа	1	32 неделя
<b>33</b>	Повторение и обобщение знаний	<b>1</b>	Обобщающий урок	Проверочная работа	-	33 неделя
<b>34</b>	Повторение пройденного материала	<b>1</b>	Повторительно - обобщающий урок	Фронтальный опрос	-	34 неделя

Перечень учебно-методического обеспечения

Класс	Учебники (автор, название, год издания, кем рекомендован или допущен, издательство)	Методические материалы	Дидактические материалы	Материалы для контроля	Интернетресурсы
10	ОБЖ С.В.Ким, В.А.Горский. 10кл.- Издательство «Вентана- Граф», 2019 г.	<i>А.Э. Фромберг</i> – <i>Практические и проверочные работы Кн. для учителя – М.: Просвещение, 2003.</i> УМК под редакцией А.Т. Смирнова дополняют методические и справочные издания издательства «Просвещение»:	1) Учебные презентации. 2) Видео уроки. 3) Плакаты и стенды по ОБЖ. 4) Рабочие материалы к урокам ОБЖ. 5) Карточки с заданиями по технологии. 6) Тематические тесты по ОБЖ. 7) Контрольные и проверочные работы по ОБЖ.	1. <a href="#">КИМ по предмету ОБЖ</a> 2. Тест	МЧС России <a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a> Министерство здравоохранения и социального развития РФ <a href="http://www.minzdravrf.ru">http://www.minzdravrf.ru</a> Министерство обороны РФ <a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a> Министерство образования и науки РФ <a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a> Министерство природных ресурсов РФ <a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>