**Пояснительная записка**

Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов составлена на основе комплексной программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы», под общей редакцией В.Н.Латчука,В.В.Маркова, С.К.Миронова и С.Н.Вангородского, издательство «Дрофа», 2009 год, которая соответствует федеральному компоненту государственного стандарта (основного) общего образования в соответствии с объёмом времени, отводимого на изучение данного предмета по базисному учебному плану.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает примерное распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, дляпроведения учебных сборов, военно-профессиональной ориентации и военно-патриотического воспитания.

**Обоснование выбора данной программы**

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человек. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Анализ трагических последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций показывает, что более чем в 80 % случаев *причиной гибели людей является человеческий фактор.* Трагедия чаще всего происходит из-за несоблюдения человеком комплекса мер безопасности в различных жизненных ситуациях, в т.ч. и при угрозе совершения террористического акта, пренебрежения к соблюдению норм здорового образа жизни и установленных норм безопасного поведения в повседневной жизни (безопасность на дорогах, пожарная безопасность, безопасность в быту и т.д.)

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, требует пересмотра комплексного подхода к формированию современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в т.ч. с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под **культурой безопасности жизнедеятельности** следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Ключевая роль в формировании современного уровня культуры безопасности принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», который реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей среде – природной, техногенной и социальной.

Выбор комплексной программы по ОБЖ под редакцией В.Н.Латчука,В.В.Маркова, С.К.Миронова и С.Н.Вангородского обусловлен двумя причинами:

1. Данная программа рекомендована для преподавания в ОУ. Использование этой программы в школе целесообразно, т.к.:
   * наличие количества информационного материала позволяет проводить уроки, соответствующие уровню школ;
   * материально-техническое оснащение кабинета ОБЖ позволяет полностью реализовать теоритическую часть программы.

**Основные функции рабочей программы**

Рабочая программа выполняет две основные функции:

**информационно-методическую** функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитании и развитии обучающихся средствами данного учебного предмета;

**организационно-планирующую** функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

**Цели учебного курса**

***Курс предназначен для ознакомления учащихся с общими характеристиками различных чрезвычайных ситуаций, их последствиями, подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнение конституционного долга по защите Отечества, патриотическое воспитание старшеклассников, а также для приобретения ими знаний и умений по защите жизни и здоровья в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.***

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

* ***освоение знаний*** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;
* ***овладение умением*** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;
* ***развитие*** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
* ***воспитание*** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках**.**

**Общая характеристика учебного предмета**

Содержание программы выстроено по трем линиям:

* безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях;
* основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
* основы военной службы, современный комплекс проблем безопасности.

**Место предмета в базисном учебном плане**

Федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классе в количестве 34 часа в 10 классе и 34 часа в 11 классе , из расчета 1 час в неделю и 40 часов на проведение учебных военно-полевых сборов с учащимися 10-х классов (юноши) на базе воинской части и школы.

**Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

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

* умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
* использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
* участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
* поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
* оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
* умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
* осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

**Результаты обучения**

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки выпускников». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать, на осознанный выбор своей будущей профессии и формирование качеств личности, необходимых для профессиональной деятельности.

**Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускник школы должен **знать**:

* основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
* организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и организационные основы борьбы с терроризмом;
* основные принципы здорового образа жизни;
* правила оказания первой медицинской помощи;
* основы обороны государства и военной службы;
* боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

Выпускники старших классов должны **уметь**:

* предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
* грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
* оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
* выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);
* пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

**Распределение учебного материала в учебных часах 10 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Разделы и темы программы** | **Всего** | **теория** |
|  | **Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.** | **21** | **21** |
|  | *1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования* | **2** | **2** |
|  | *2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.* | **1** | **1** |
|  | *3..Уголовная ответственность несовершеннолетних.* | **3** | **3** |
|  | *4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.* | **1** | **1** |
|  | *5. Единая Российская государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структура и задачи.* | **3** | **3** |
|  | *6 Законы и другие нормативно-правовые акты РФ и по обеспечению безопасности.* | **1** | **1** |
|  | *7.* *Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время* | ***2*** | ***2*** |
|  | *8.Современные средства поражения и их поражающие факторы.* | ***4*** | ***4*** |
|  | *9.Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время.* | **4** | **4** |
|  | **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.** | **5** | **5** |
|  | 1. *Основы медицинских знаний.* | **2** | **2** |
|  | *2. Основы здорового образа жизни.* | **3** | **3** |
|  | **Раздел 3. Основы военной службы.** | **8** | **8** |
|  | *1. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.* | **4** | **4** |
|  | *2. Боевые традиции Вооружённых Сил России.* | **2** | **2** |
|  | **Итого по плану** | **34** | **34** |
|  |  |  |  |

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ 10 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы и темы программы. | Всего | теория |
|  |  |  |
| **Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.** | **21** | **21** |
| *1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования* | **2** | **2** |
| * 1. Основные причины вынужденного автономного существования. | 1 | 1 |
| 1.2. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. | 1 | 1 |
| *2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.* | **1** | **1** |
| *3..Уголовная ответственность несовершеннолетних.* | **3** | **3** |
| 3.1.Понятие преступления . Особенности уголовной ответственности. | 1 | 1 |
| 3.2.Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. | 1 | 1 |
| 3.3 Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.  Контрольная работа №1 | 1 | 1 |
| *4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.* | **1** | **1** |
| *5. Единая Российская государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структура и задачи.* | **3** | **3** |
| 5.1 Предназначение и задачи РСЧС по защите населения от ЧС. | 1 | 1 |
| 5.2.Структура РСЧС. | 1 | 1 |
| 5.3. Правила и обязанности граждан в области защиты от ЧС. | 1 | 1 |
| *6 Законы и другие нормативно-правовые акты РФ и по обеспечению безопасности.* | **1** | **1** |
| *7.* *Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время* | ***2*** | ***2*** |
| 7.1 Предназначение и задачи ГО. Структура и органы управления. | *1* | *1* |
| 7.2.Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от ЧС в мирное и военное время. Контрольная работа №2 | *1* | *1* |
| *8.Современные средства поражения и их поражающие факторы.* | ***4*** | ***4*** |
| 8.1.Ядерное оружие и его боевые свойства. | *1* | *1* |
| 8.2.Химическое оружие. | *1* | *1* |
| 8.3. Бактериологическое оружие. | *1* | *1* |
| 8.4.Современные и обычные средства поражения. | *1* | *1* |
| *9.Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время.* | **4** | **4** |
| 9.1 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. | 1 | 1 |
| 9.2. Защитные сооружения ГО. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. | 1 | 1 |
| 9.3. Средства индивидуальной защиты. Табельные – противогаз и СЗК, и подручные средства. | 1 | 1 |
| 9.4. Организация проведения аварийно- спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.  Контрольная работа №3 | 1 | 1 |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.** | **5** | **5** |
| 1. *.Основы медицинских знаний.* | **2** | **2** |
| 1.1 Сохранение и укрепление здоровья важное условие жизни. | 1 | 1 |
| 1.2 Основные инфекционные заболевания и их профилактика. | 1 | 1 |
| *2. Основы здорового образа жизни.* | **3** | **3** |
| 2.1. Здоровый образ жизни и его составляющие. | 1 | 1 |
| 2.2. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. | 1 | 1 |
| 2.3. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека и окружающих. (Курение, алкоголизм, наркомания и токсикомания.) Профилактика вредных привычек.  Контрольная работа №4 | 1 | 1 |
| **Раздел 3. Основы военной службы.** | **8** | **8** |
| *1. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.* | **4** | **4** |
| 1.1 История создания Вооруженных Сил России. | 1 | 1 |
| 1.2 Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, рода войск. История их создания и предназначение. | 1 | 1 |
| 1.3.Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения безопасности страны. Средства ведения боя и их характеристика. | 1 | 1 |
| 1.4.. Другие рода войск, их состав и предназначение с учётом концепции государственной политики РФ по военному строительству. | 1 | 1 |
| *2. Боевые традиции Вооружённых Сил России.* | **2** | **2** |
| 2.1.Патриотизм и верность воинскому долгу основные качества защитника Отечества. | 1 | 1 |
| 2.2 Дружба, войсковое товарищество основа боевой готовности частей и подразделений. | 1 | 1 |
| *3. Символы воинской чести.* | **2** | **2** |
| 3.1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.  Контрольная работа №5 | 1 | 1 |
| 3.2. Ордена и медали – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. | 1 | 1 |
| **Итого по плану** | **34** | **34** |

**Сборы в конце периода обучения (Со всеми юношами 10-х классов)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| III.Основы военной службы. Период проведения учебных сборов при воинской части. | *Практические занятия на базе воинской части.* | 40 |  |
| 1. Организация начальной военной подготовки в войсках. Задачи курса молодого бойца. | 1 |  |
| .2. Размещение и быт военнослужащих. | 3 |  |
| 3. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. | 4 | 4 |
| 4. Организация караульной службы. Обязанности часового. | 4 | 4 |
| 5. Строевая подготовка. | 5 | 5 |
| 6. Огневая подготовка. | 14 | 14 |
| 7. Тактическая подготовка. | 4 | 4 |
| 8. Физическая подготовка. Приёмы рукопашного боя. | 5 | 5 |

Перечень контрольных работ для 10 класса.

1. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

2.Структура и задачи РСЧС.

3. Средства индивидуальной защиты. Табельные – противогаз и СЗК, и подручные средства.

4.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

5.Боевые традиции Вооружённых Сил России.

**Распределение учебного материала в учебных часах 10 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Разделы и темы программы** | **Всего** | **теория** |
| Раздел1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | **13** |  |
| *1. Основы здорового образа жизни.* | *5* |  |
| *2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (ПМП).* | *8* |  |
| Раздел 2.Основы военной службы | **21** |  |
| *3. Воинская обязанность.* | *5* |  |
| *4. Особенности военной службы.* | *7* |  |
| *5. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил России.* | *9* |  |
| Итого: | **34** |  |

**Содержание рабочей программы 11 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержа-тельные линии. | Разделы и темы программы. | Количество часов. |
|  |  | -3- |
| 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. | *1. Основы здорового образа жизни.* | *5* |
| 1.1. Правила личной гигиены и здоровье. | 1 |
| 1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. | 1 |
| 1.3. Семья в современном обществе. Законодательство РФ о семье. | 1 |
| 1.4. Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики. | 1 |
| 1.5. СПИД и его профилактика. Уголовная ответственность за заражение венерическими заболеваниями.  Контрольная работа №1 | 1 |
| *2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (ПМП).* | *8* |
| 2.1. Первая медицинская помощь при кровотечениях. | 1 |
| 2.2. Первая медицинская помощь при ранениях. | 1 |
| 2.3. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и их профилактика. | 1 |
| 2.4. ПМП при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника. | 1 |
| 2.5. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота и области таза. | 1 |
| 2.6. Первая медицинская помощь при травматическом шоке. | 1 |
| 2.7. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Экстренная реанимационная помощь. | 1 |
| 2.8.Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.  Контрольная работа №2 | 1 |
|  |  |  |
| *3. Воинская обязанность.* | *5* |
| 3.1. Основные понятия о воинской обязанности. | 1 |
| 3.2 Организация воинского учёта и его предназначение. | 1 |
| 3.3. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. | 1 |
| 3.4. Организация медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт. | 1 |
| 3.5. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.  Контрольная работа №3 | 1 |
| *4. Особенности военной службы.* | *7* |
| 4.1. Правовые основы военной службы. Конституция РФ, Федеральные Законы «Об обороне», «О статусе 4оеннослужащих.», «О воинской обязанности и военной службе.» | 1 |
| 4.2. Общевоинские Уставы Вооружённых Сил РФ – закон жизни воина. | 1 |
| 4.3. Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России. | 1 |
|  | 4.4. Прохождение военной службы по призыву. | 1 |
| 4.5. Прохождение военной службы по контракту. | 1 |
| 4.6. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. | 1 |
| 4.7. Права и ответственность военнослужащих.  Контрольная работа №4 | 1 |
| *5. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил России.* | *9* |
| 5.1. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. | 1 |
| 5.2. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. | 1 |
| 5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально – психологическим и профессиональным качествам гражданина. | 1 |
| 5.4. Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. | 1 |
| 5.5. Как стать офицером Российской армии. | 1 |
| 5.6.Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил РФ. | 1 |
| 5.7. Международное гуманитарное право. Ограничение средств и методов военных действий. | 1 |
| 5.8. Международные отличительные знаки, используемые во время вооружённого конфликта.  Контрольная работа №5 | 1 |
| 5.8. Психологические основы подготовки к воинской службе | 1 |
| По плану: | *34* |

Перечень контрольных работ для 11 класса.

1. Основы здорового образа жизни.

2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (ПМП).

3. Воинская обязанность

4. Особенности военной службы.

5. Военнослужащий – защитник своего Отечества.

Для обучения используется

**учебно-методический комплект**, который включает в себя:

* Смирнов А.Т. , Е.И.Тупикин. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;Тестовый контроль.
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Смирнов А.Т., М.В.Маслов Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008 Тестовый контроль;
* Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
* Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
* Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
* Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

**Учебные пособия:**

* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2004-2008 - №№ 1-12;
  + - Кроме того, при подготовке к занятиям в10- и 11 классах используется другая популярная литература на данную тему, различные плакаты, видеофильмы, мультимедийные презентации.
    - Библиотека «военные знания» В.В.Шаховец, А.В.Вангородский
    - Общероссийская Газета «Красная звезда»

Освоение программы курса ОБЖ в 11 классе заканчивается написанием проектной работы или итоговой аттестацией. Выпускники имеют право по выбору сдавать экзамен по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Для реализации данной рабочей программы используются следующие **методы и формы обучения:**

* Лекции;
* Беседы;
* Семинары;
* Практические занятия.