

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Костёнковская средняя общеобразовательная школа»**

Принята на Педагогическом совете

Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

Утверждено: Директор школы:  
МБОУ / А.В. Астапенко/

Приказ № 121 от «02» сентября 2019 г.



**Рабочая программа**

Основы безопасности жизнедеятельности для 10-11 класса(-ов)

Составила (и):

Лось Анастасия Васильевна

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа составлена на основе Федеральной комплексной программы для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов под общей редакцией А.Т.Смирнова, выпущенной издательством «Просвещение», 2012г.

Обеспечена УМК для 10-11 классов авторов А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников и др.

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10, 11 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение», - 6-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Программы общеобразовательных учреждений. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова.- М.: Просвещение, 2012.

Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у обучаемых современного уровня культуры безопасности и подготовки их к военной службе при модульной структуре содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Структура курса включает в себя три учебных модуля и шесть разделов.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Основы комплексной безопасности	7
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	1
3	Основы здорового образа жизни	3
4	Основы обороны государства	9
5	Основы военной службы	15
	Итого	35

## 11 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Основы комплексной безопасности	2
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	3
3	Основы здорового образа жизни	2
4	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	5
5	Основы обороны государства	8
6	Основы военной службы	14
	Итого	34

### Содержание рабочей программы

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

Государственная система обеспечения безопасности населения

**ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.**

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

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

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

Основы обороны государства и воинская обязанность

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства

Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства.  
ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ. Виды Вооруженных Сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

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

ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СЛУЖБЫ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

## **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- владеть навыками в области гражданской обороны;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и

повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;

- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

## **Информационно-методические ресурсы**

### **Учебники, по которым работают обучающиеся:**

Смирнов А. Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 10 кл. — 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А. Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 11 кл. — 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012

### **Дополнительная литература**

#### **Для учителя:**

Вартамян Ф.Е. Первая помощь. Учебник. Российское общество Красного Креста, Канадское общество Красного Креста. – Канада

Купреева, Л.И. Школа дорожной грамоты. Дополнительная образовательная программа – Кемерово, 2011

Смирнов А. Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 10 кл. — 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А. Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 11 кл. — 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Тупикин Е. И., Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. — М.: Просвещение, 2010

#### **ТСО:**

Компьютер,

Мультимедийное оборудование.

CD диски по ОБЖ.

#### **Интернет – источники:**

<http://www.it-n.ru/communities> – Сообщество учителей безопасности жизнедеятельности;

<http://www.shkolazhizni.ru/tag> - Школа жизни. Материалы по безопасности, стихийным бедствиям и чрезвычайным ситуациям;

<http://www.school.holm.ru/predmet/obj> - Ссылки по учебным предметам: ОБЖ;

<http://www.afestival.1september.ru/subjects/12> - Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ;

<http://www.uroki.net/dokobjd/htm> – Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;

<http://www.4students.ru/search> – Рефераты по безопасности жизнедеятельности

<http://www.uroki.net/>  
<http://www.obzh.ru/>  
<http://www.school-obz.org/>  
<http://www.metodichka.net/>