

**МБОУ Кочетовская средняя общеобразовательная школа  
Мичуринский район Тамбовская область**

Рассмотрена  
рекомендована  
к утверждению  
Управляющим советом  
№ протокола 1  
от «25» 08 2020г.



Утверждаю  
Директор школы  
Петрищева Т.А.  
Приказ № 1095  
от «01» 09 2020г.

**Рабочая программа  
ОБЖ  
для 10А-11А классов  
на 2020-2021 учебный год**

**Составитель:  
учитель ОБЖ  
Епихина Е.А.**

**с.Кочетовка, 2020**

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 №1089, на основе примерной программой основного общего образования и авторской программы под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 34 часа для обязательного изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе среднего общего образования. Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом МБОУ Кочетовской СОШ, рассчитанного на 34 учебные недели в год. Исходя из этого, рабочая программа рассчитана по 34 часа в год из расчета 1 учебный час в неделю.

**Программа реализуется на основе использования учебников:** Под редакцией Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс», Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

Нормативно-правовые документы, обеспечивающие реализацию программы:

Конституция РФ.

Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).

Приказ Минобрнауки России № 1089 от 05.03.2004г. «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования». (в ред. Приказов Минобрнауки России от 23.06.2015г. №609.

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. от 12.05.2009г.

Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования

**Цель:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### Задачи:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасной жизнедеятельности;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие эмоционально-волевых качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями определять потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

**Личностные результаты:**

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;

- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

- умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

*умения регулятивные (организационные):*

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

*в ценностно-ориентационной сфере:*

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, анти-экстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

*в коммуникативной сфере:*

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

*в эстетической сфере:*

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

*в бытовой, трудовой и досуговой сфере:*

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

*в сфере физической культуры и здорового образа жизни:*

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

## **Содержание программы**

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА. 10 КЛАСС**

#### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства**

##### **Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания**

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.

Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

##### **Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства**

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.

Защита национальной безопасности государства от военных угроз.

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.

Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

##### **Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях**

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

Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

#### **Раздел 2. Военная безопасность государства**

##### **Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность**

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.

Защита населения и территорий от радиационной опасности.

Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.

Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

##### **Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз**

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.  
Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.  
Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих.  
Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания**

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.  
Здоровый образ жизни и его составляющие.

Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.  
Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.  
Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

#### **Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях**

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.  
Правила оказания первой помощи при травмах.  
Первая помощь при кровотечениях, ранениях.  
Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА. 11 КЛАСС**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства**

##### **Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.**

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.  
Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.  
Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.  
Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.  
Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

##### **Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности**

Обеспечение национальной безопасности России.  
Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.  
Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.  
Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.  
Поисково-спасательная служба МЧС России.  
Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

##### **Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека**

Экстремальные ситуации криминогенного характера.  
Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека.  
Дорожно-транспортная безопасность.  
Вынужденное автономное существование в природных условиях.

#### **Раздел 2. Военная безопасность государства**

##### **Глава 4. Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз**

###### **Основные задачи Вооруженных Сил.**

Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы.

Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.

Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

### **Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии**

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.

Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.

Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.

Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Глава 6. Основы здорового образа жизни**

Демографическая ситуация в России.

Культура здорового образа жизни. Культура питания.

Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.

Вредные привычки. Культура движения.

#### **Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях**

##### **Медико-психологическая помощь.**

Первая помощь при ранениях.

Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.

Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

### **Тематическое планирование материала в 10 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение	1
2	Основы безопасности личности, общества, государства	14
3	Военная безопасность государства	9
4	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
Итого		34

### **Тематическое планирование материала в 11 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение	1
2	Основы комплексной безопасности личности, общества, государства	14
3	Военная безопасность государства	9
4	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
Итого		34