

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 14 г. Пятигорска**

Рассмотрено:  
Протокол № 5  
заседания  
Учителей ОБЖ и  
физкультуры  
от .05.2019 года  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_Л.В. Емяшева

Согласовано:  
Зам. директора  
по УВР  
\_\_\_\_\_Э.А. Захарова

Принята на заседании  
педагогического  
совета МБОУ СОШ №  
14 Протокол № 19 от  
24.06.2019 г.

Утверждена  
Приказ № 306 от 24.06.19  
Директор МБОУ СОШ № 14  
\_\_\_\_\_Л.А. Бадминова



# Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности 10-11 классы

**Количество часов: 69**

Рабочая программа составлена на основе:

Государственного стандарта общего образования, Основы безопасности жизнедеятельности.

Авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов., Б.О. Хренников) М., Просвещение, 2012 г.

Сроки реализации: 2019-2023 г.г.

**Рабочая программа 10 классов** разработана на основе учебной программы по курсу ОБЖ для МБОУ средней общеобразовательной школы № 14, созданной на основе авторской «Комплексной учебной программы для 5 – 11-х классов общеобразовательных учреждений» А.Т. Смирнова и Б.О. Хренникова. При разработке программы для 10 – 11 классов были учтены требования, отраженные в концепции Федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования», утвержденного приказом Минобрнауки России № 1897 от 17 декабря 2010 г.

### Пояснительная записка

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;

– **Срок освоения программы:** 1 год.

**Объем учебного времени:** 35 часа, в том числе проведение практических занятий – 6 часов.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 1 час в неделю

#### **Цели обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:**

Образовательная – 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 мирного и военного времени; об обязанности граждан по защите государства; Воспитательная – формирование у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы обеспечения безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства; Развивающая – развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

#### **Задачи обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:**

Формировать умения: оценка ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

В рабочую программы включены в качестве регионального компонента дополнительные темы по действиям в чрезвычайных ситуациях, военно-патриотического воспитания и по противодействию идеологии терроризма и экстремизма, на основании письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 мая 2011 года № СМ-477/08.

Учебные модули	Разделы
М - I. Основы безопасности личности, общества и государства	Р - I. Основы комплексной безопасности Р - II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций Р - III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации
М - II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Р - IV. Основы здорового образа жизни Р - V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи
М - III. Обеспечение военной безопасности государства	Р - VI. Основы обороны государства Р - VII. Основы военной службы

В результате изучения курса ОБЖ у учащихся 10-х классов должны быть сформированы ключевые навыки (компетентности) по различным вопросам безопасности.

После изучения каждого модуля проводится *итоговое задание*. Это может быть реферат, доклад, проектное задание, анализ ситуации и т.д.

Для реализации программы на ее изучение предусмотрено по 1 часу учебного времени в неделю.

Логичным продолжением программы во внеурочное время является участие школьников во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», в работе различных кружков, секций и клубов

### **Требования к уровню подготовки учащихся 10-х классов**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классах ученик должен **знать:**

- ◆ потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- ◆ основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- ◆ законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом;
- ◆ наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- ◆ основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;

- ◆ правила поведения при угрозе террористического акта;
- ◆ государственную политику противодействия наркотизму;
- ◆ основные меры по профилактике наркомании.

**Ученик должен уметь:**

- ◆ предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- ◆ принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- ◆ действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- ◆ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- ◆ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

**Кроме того, учащиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ◆ обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- ◆ активного отдыха в природных условиях;
- ◆ оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- ◆ соблюдения норм здорового образа жизни.

**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
- 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.

### Содержание учебного предмета включает:10 класс

№ раздела, темы	Название разделов (тем)	Количество часов
Раздел 1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	14
Тема 1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	6
Тема 2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	8
Раздел 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	7
Тема 1	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2
Тема 2	Основы здорового образа жизни	5
Раздел 3	Основы военной службы	13
Тема 1	Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества	6
Тема 2	Боевые традиции Вооружённых Сил России	3
Тема 3	Символы воинской чести	4
	В т.ч. контрольных работ	2
Раздел 4	Основы военной службы (практические занятия на базе школы и воинской части)-учебные сборы для юношей	35
Итого		35+35=70

## **Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.**

### Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.

#### *1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.*

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

#### *1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Правила самозащиты от насильников и хулиганов.*

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и др.

#### *1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.*

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

#### *1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.*

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

#### *1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.*

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

#### *1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.*

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральный закон «О защите

населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Закон РФ «О безопасности», федеральные законы «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

## Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

### *2.1. Гражданская оборона, основные понятия, определения, задачи.*

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

### *2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.*

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

### *2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.*

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!» Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

### *2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.*

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

### *2.5. Средства индивидуальной защиты населения.*

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

### *2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.*

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

*2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.*  
Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности учащихся.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

*3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста.*

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья - социальная потребность общества.

*3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.*

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

### Тема 4. Основы здорового образа жизни.

---

*4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.*

Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

*4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.*

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

*4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.*

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих процедур.

*4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.* Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и социальные последствия вредных привычек. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

### **Раздел 3. Основы военной службы.**

#### **Тема 5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.**

*5.1. История создания Вооруженных Сил России.* Организация вооруженных сил Московского государства в XIV- XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

*5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.*

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно - Морской Флот, история создания, предназначение.

*5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.*

Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основное содержание.

*5.4. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.*

Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение. Тема 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.

### *6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.*

Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

### *6.2. Памяти поколений - дни воинской славы России.*

Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

### *6.3. Дружба, войсковое товарищество - основа воинской боевой готовности частей и подразделений.*

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.

### Тема 7. Символы воинской чести.

#### *7.1. Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы*

Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения

#### *7.2. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.*

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание «Герой Советского Союза», звание «Герой Российской Федерации».

#### *7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.* Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

### Тема 8. Основы военной службы (практические занятия на базе школы и воинской части). 8.1.

#### *Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.*

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня на время учебных сборов, с требованиями к правилам безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

## *8.2. Размещение и быт военнослужащих.*

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву; содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды. Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

## *8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.*

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

## *8.4. Организация караульной службы, обязанности часового.*

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

## *8.5. Строевая подготовка.*

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строи отделения. Строи взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

## *8.6. Огневая подготовка.*

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата; чистка, смазка и хранение автомата. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

## *8.7. Тактическая подготовка.*

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

## *8.8. Физическая подготовка.*

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

### Учебно - тематический план 10 класса

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теоретических	Практических
<b>М-1</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>4</b>
<i><b>Р-1</b></i>	<i><b>Основы комплексной безопасности</b></i>	7	4	3
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	2	1	1
Тема 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2		2
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности социального характера	3	3	
<i><b>Р-II</b></i>	<i><b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b></i>	2	2	
Тема 4	Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства	2	2	
<i><b>Р-III</b></i>	<i><b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b></i>	2	1	1
Тема 5	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2	1	1
<b>М-II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	
<i><b>Р-IV</b></i>	<i><b>Основы здорового образа жизни</b></i>	5	5	
Тема 6	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2	2	
Тема 7	Здоровый образ жизни и его составляющие	3	3	
<b>М - III</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>2</b>
<i><b>Р- VI</b></i>	<i><b>Основы обороны государства</b></i>	9	7	2
Тема 8	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	9	7	2
<i><b>Р- VII</b></i>	<i><b>Основы военной службы</b></i>	9	9	
Тема 9	Вооруженные силы Российской Федерации - защита нашего Отечества	3	3	
Тема 10	Виды Вооруженных сил Российской Федерации и рода войск	5	5	
Тема 11	Боевые традиции Вооруженных сил России	1	1	
	<b>Всего часов</b>	<b>35</b>	<b>28</b>	<b>6</b>

**Рабочая программа 11 класса** разработана на основе учебной программы по курсу ОБЖ для МБОУ средней общеобразовательной школы № 14, созданной на основе авторской «Комплексной учебной программы для 5 – 11-х классов общеобразовательных учреждений» А.Т. Смирнова и Б.О. Хренникова. При разработке программы для 5 – 9 классов были учтены требования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17 декабря 2010 г.

### **Пояснительная записка**

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «О безопасности дорожного движения» и др.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Объем учебного времени:** 34 часа, в том числе проведение практических занятий – 7 часов.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 1 час в неделю.

### **Цели обучения ОБЖ учащимся 11 класса:**

Образовательная – 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 обязанности граждан по защите государства  
Воспитательная – воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества.  
Развивающая – развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребностей ведения здорового образа жизни;

**Задачи обучения ОБЖ учащимся 11–го класса:** Выбатывать навыки оказания первой медицинской помощи при ранениях, травмах  
Формировать знания об основах воинской службы. Формировать у учащихся навыки ведения здорового образа жизни.

Программа курса обучения основам безопасности жизнедеятельности в 11 классе состоит из 6 разделов: 1 раздел «Основы комплексной безопасности».

В рабочую программу включены в качестве регионального компонента дополнительные темы по действиям в чрезвычайных ситуациях, военно-патриотического воспитания и по противодействию идеологии терроризма и экстремизма, на основании письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 мая 2011 года № СМ-477/08.

Учебные модули	Разделы
М - I. Основы безопасности личности, общества и государства	Р - I. Основы комплексной безопасности Р - II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций Р - III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации
М - II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Р - IV. Основы здорового образа жизни Р - V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи
М - III. Обеспечение военной безопасности государства	Р - VI. Основы обороны государства Р - VII. Основы военной службы

В результате изучения курса ОБЖ у учащихся 11-х классов должны быть сформированы ключевые навыки (компетентности) по различным вопросам безопасности.

После изучения каждого модуля проводится *итоговое задание*. Это может быть реферат, доклад, проектное задание, анализ ситуации и т.д.

### **Требования к уровню подготовки учащихся 11-х классов**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускник 11 класса школы **должен знать:**

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуаций, 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.).

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.

#### **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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование анти экстремистской 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.

По итогам изучения данной программы в 11-м классе учащимся выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации выпускников.

### Содержание учебного предмета включает:

#### Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

№ раздела, темы	Название разделов (тем)	Количество часов
<b>Раздел 1</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>11</b>
Тема 1	Основы здорового образа жизни	5
Тема 2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	6
<b>Раздел 2</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>23</b>
Тема 1	Воинская обязанность	8
Тема 2	Особенности военной службы	8
Тема 3	Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил	8
	<b>В т.ч. контрольных работ</b>	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>35</b>

#### Тема 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 фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

##### 1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.

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

##### 1.4. СПИД и его профилактика.

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

Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой доврачебной помощи.

---

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

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

*2.2. Первая доврачебная 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 доврачебная помощь при травмах (практические занятия).*

Первая доврачебная помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая доврачебная помощь при черепно-мозговой травме. Первая доврачебная помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

*2.4. Первая доврачебная помощь при остановке сердца.*

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

*2.5. Международное гуманитарное право (МГП).*

История возникновения «права войны», основные понятия, участники МГП. Женевские и Гаагские конвенции. Запрещённые средства и методы борьбы. Формы ответственности. Комбатант. Правила поведения комбатантов в бою. Лица и объекты особой международной защиты, их отличительные знаки. Деятельность организации Красного Креста и Красного Полумесяца в рамках международного гуманитарного права. Работа городского комитета Красного Креста.

**Раздел 2. Основы военной службы.**

Тема 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 гражданина 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 профессионального высшего 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 РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

## Тема 4. Особенности военной службы.

### *4.1. Правовые основы военной службы.*

Конституция Российской Федерации, федеральные законы: «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ 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 РФ - закон воинской жизни.*

Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил РФ, Строевой Устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.

### *4.3. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.*

### *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 ВС 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.

### Тема 5. Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России. 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 - защитника 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 РФ. 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.*

*5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ.*

Участие Вооруженных Сил РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## Учебно - методический план 11 класса

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теоретических	Практических
<b>М-1</b>	Основы безопасности личности, общества и государства	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Р- I</b>	<b><i>Основы комплексной безопасности</i></b>	2		2
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	2		2
<b>Р- II</b>	<b><i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i></b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
Тема 2	Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в РФ	1	1	
<b>Р-III</b>	<b><i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i></b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
Тема 3	Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации	1	1	
<b>М- II</b>	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	5	2	3
<b>Р- IV</b>	<b><i>Основы здорового образа жизни</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
Тема 4	Нравственность и здоровье	2	2	
<b>Р-V</b>	<b><i>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</i></b>	<b>3</b>		<b>3</b>
Тема 5	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	3		3
<b>М-III</b>	Обеспечение военной безопасности государства	<b>25</b>	<b>23</b>	<b>2</b>
<b>Р- VI</b>	<b><i>Основы обороны государства</i></b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>2</b>
Тема 6	Вооруженные силы Российской Федерации - основа обороны государства	2	2	
Тема 7	Символы воинской чести	3	3	
Тема 8	Воинская обязанность	5	3	2
<b>Р- VII</b>	<b><i>Основы военной службы</i></b>	<b>15</b>	<b>15</b>	
Тема 9	Особенности военной службы	5	5	
Тема 10	Военнослужащий - вооруженный защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных сил Российской Федерации	3	3	
Тема 11	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	2	2	
Тема 12	Прохождение военной службы по призыву	1	1	
Тема 13	Прохождение военной службы по контракту	2	2	
Тема 14	Подготовка военных кадров	2	2	
	Комплексная работа	1	1	
	Всего часов	<b>35</b>	<b>28</b>	<b>7</b>

### **Требования к уровню усвоения дисциплины.**

Знания и умения, учащихся оцениваются на основании устных ответов, самостоятельных и контрольных работ, а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

**Ответ оценивается отметкой «5»**, если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

**Ответ оценивается отметкой «4»**, если

он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

**Отметка «3» ставится в следующих случаях:**

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала (определенные «Требованиям к математической подготовке обучающегося»);
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

**Отметка «2» ставится в следующих случаях:**

- не раскрыто основное содержание учебного материала;

