

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы  
«Школа № 2065»**

ГБОУ Школа № 2065  
Россия, 142784, г.Москва, г.Московский, ул. Радужная, дом 5.  
ИНН 5003096290; КПП 775101001; ОГРН 1115003007790

тел. / факс: 8 (495) 978-55-65;  
email: 2065@edu.mos.ru;  
web: [www.sch2065tn.mskobr.ru](http://www.sch2065tn.mskobr.ru)

**ПРИНЯТО:**

на педагогическом совете  
ГБОУ Школа №2065  
Протокол №1 от 26.08.2016

**СОГЛАСОВАНО:**

Управляющий совет  
ГБОУ Школа №2065  
Пр. № 7 от 30.06.2016



**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ГБОУ Школа №2065  
28.08.2016 г.



Н.С. Файдюк

**Программа  
по курсу  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
(ОБЖ)  
10-11 класс**

**г. Москва  
2016 г**

## 1. Планируемые результаты

### БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

*Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования 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.

### 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;
- 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.

## 2. Содержание курса

### **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.

### **ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

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.

### **3. Тематическое планирование**

10 класс

Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях	Раздел I. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.	Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера Единая государственная система
-------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС)</p> <p>Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности</p>
<p>Деятельность, задачи гражданской обороны в мирное, военное время. Основы воинской службы.</p>	<p>Раздел II. Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны.</p>	<p>Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО</p> <p>Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения</p> <p>Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения</p> <p>Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения</p> <p>Оповещение и информирование населения о ЧС</p> <p>Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени</p> <p>Средства индивидуальной защиты населения</p> <p>Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.</p> <p>Организация ГО в школе</p> <p>Увольнение с военной службы и пребывания в запасе</p>
	<p>Раздел III. Основы военной службы.</p>	<p>История создания Вооруженных Сил России</p> <p>Организационная структура Вооруженных Сил</p> <p>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России</p> <p>Другие войска, их состав и предназначение</p> <p>Патриотизм – основа героизма Памяти поколений. Дни воинской славы России</p> <p>Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности</p> <p>Боевое знамя воинской части.</p> <p>Ордена — почетные награды за воинские отличия</p>

		Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Итоговое повторение по курсу ОБЖ Итоговый тест по курсу ОБЖ
Основы медицинских знаний и оказание доврачебной помощи	Раздел IV. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Здоровый образ жизни и его составляющие Биологические ритмы и работоспособность человека Значение двигательной активности и закаливания Вредные привычки. Профилактика вредных привычек Вредные привычки. Профилактика вредных привычек Контроль знаний (тестирование) Альтернативная гражданская служба

11 класс

Нравственность и здоровье, как составляющие сильного государства	Взаимоотношения полов: нравственность и здоровье.	Проведен инструктаж по ИОТ-016. Правила личной гигиены Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Инфекции, передаваемые половым путем СПИД и его профилактика Первая доврачебная помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте Первая доврачебная помощь при ранениях Первая доврачебная помощь при травмах Первая доврачебная помощь при остановке сердца Оказание первой доврачебной помощи при утоплении Оказание доврачебной помощи при отравлениях Практические работы по наложению повязок Использование подручных средств
------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>при различных травмах</p> <p>Алгоритм действий при оказании доврачебной помощи</p>
<p>Почетный долг гражданина РФ</p>	<p>Воинская обязанность</p>	<p>Основные понятия о воинской обязанности</p> <p>Организация воинского учета и его предназначение</p> <p>Обязательная подготовка граждан к воинской службе</p> <p>Добровольная подготовка граждан к военной службе</p> <p>Организация медицинского освидетельствования</p> <p>Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе</p> <p>Правовые основы военной службы</p> <p>Общевойсковые уставы</p> <p>Военная присяга</p> <p>Прохождение военной службы по призыву</p> <p>Прохождение воинской службы по контракту</p> <p>Права и ответственность военнослужащих</p> <p>Альтернативная гражданская служба</p> <p>Военнослужащий патриот - защитник Отечества</p> <p>Военнослужащий - специалист.</p> <p>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина</p> <p>Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ</p> <p>Как стать офицером Российской Армии</p> <p>Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ</p> <p>Итоговое повторение и обобщение.</p> <p>Резерв</p>