

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы
«Школа № 117»



**Рабочая программа
по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»
10 - 11 классы**

Составители
Дурнев А.А. – педагог – организатор ОБЖ

Москва, 2016 год

Пояснительная записка

Исходными документами для составления рабочей программы учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» являются:

- * Федеральный компонент Государственного стандарта среднего (полного) общего образования;

- * Примерная программа среднего (общего) образования по ОБЖ;

- * Программа по ОБЖ авторов: А.Т. Смирнова, Б.И. Мишина, В.А. Васнева, под общей редакцией А.Т. Смирнова;

- * Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования;

- * Учебный план ГБОУ Школа №117.

Рабочая программа составлена для преподавания ОБЖ в 10 -11 классах ГБОУ Школа №117 по учебным пособиям:

- 1) Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. – М.: Просвещение, 2010;

- 2) Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. – М.: Просвещение, 2010.

Рабочая программа конкретизирует содержание тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам программы.

Представленная рабочая программа направлена на достижение следующих **целей**:

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину РФ в области безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;

- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей;

- усвоение учащимися содержания основных положений Конституции РФ и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму,

нормативно-правовых актов РФ, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;

- усвоение знаний о предназначении основных функций и задач Вооруженных Сил РФ; видах ВС РФ и родах войск; о руководстве и управлении ВС РФ; участии ВС РФ в контртеррористических операциях; Государственные и военные символы Российской Федерации;

- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних военных угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином РФ Конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Изучение тематики данной рабочей программы направлено на решение следующих задач:

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;

- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);

- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных ситуациях, вносить своевременные коррективы в свое поведение с целью защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;

- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;

- навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;

- ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина РФ в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите РФ.

Для реализации программы на её изучение предусматривается 68 часов на 2 часов, по 1 часу в неделю в 10-м и в 11-м классе.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения курса по ОБЖ в 10-11 классах учащиеся должны **знать:**

- историю создания и развития Вооруженных Сил РФ, организационную структуру, Виды и Рода ВС РФ;
- функции и основные задачи ВС РФ, их место в системе обеспечения национальной безопасности страны;

• получить практические навыки в организации служебной деятельности военнослужащего согласно уставов ВС РФ на базе воинского подразделения в период прохождения 5-и суточных учебных сборов;

- дни воинской славы России, символы воинской чести, доблести и славы;
- основы практической подготовки к военной службе;
- текст военной присяги, получить знания в вопросах прохождения военной службы по призыву и по контракту;
- предназначение и ТТХ автомата Калашникова, получить практические навыки в овладении приёмами строевой подготовки.

получить знания в вопросах воинской обязанности, организации воинского учета, обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе;

• получить знания в вопросах организации медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт, увольнении с военной службы и пребывания в запасе

уметь:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;

- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя в туристических походах;

• адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;

• добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;

• добывать и очищать воду в автономных условиях;

• добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;

• классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;

• характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

• предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;

• классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

• безопасно использовать средства индивидуальной защиты;

• характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;

- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;

- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;

- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;

- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;

- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;

- анализировать состояние своего здоровья;

- определять состояния оказания неотложной помощи;

- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;

- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;

- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;

- оказывать первую помощь при ушибах;

- оказывать первую помощь при растяжениях;

- оказывать первую помощь при вывихах;

- оказывать первую помощь при переломах;

- оказывать первую помощь при отравлениях;

- оказывать первую помощь при утоплении;

- получить практические навыки в организации служебной деятельности военнослужащего согласно уставов ВС РФ на базе воинского подразделения в период прохождения 5-и суточных учебных сборов;

получат возможность научиться:

- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;

- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;

- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;

- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

2. Содержание учебного предмета

10 класс

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

Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения (Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях, подготовка к проведению турпохода. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера и при угрозе террористического акта. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. Законы РФ по обеспечению безопасности);

Глава 2. Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны (Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении).

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.);

Глава 4. Основы здорового образа жизни (Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье, профилактика вредных привычек.).

Раздел 3. Основы обороны государства

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил, виды ВС России, рода войск. Функции

и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Другие войска, их состав и предназначение. Пограничные органы.);

Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.);

Глава 7. Символы воинской чести (Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.).

Раздел 4. Основы военной службы

Глава 8. Основы практической подготовки к военной службе (Основы подготовки граждан к военной службе, начальная военная подготовка в войсках. Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы, обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка)

11 класс

Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 1. Основы здорового образа жизни (Правила личной гигиены и здоровья. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Инфекции, передаваемые половым путём, меры профилактики. СПИД и его профилактика. Семья в современном обществе, законодательство и семья.);

Глава 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях, при травмах, при остановке сердца. Практическое оказание первой медицинской помощи, работа на макетах).

Раздел 2. Основы военной службы

Глава 3. Воинская обязанность (Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта и его предназначение. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Практическая встреча с Военнослужащими Вооруженных Сил РФ.);

Глава 4. Особенности военной службы (Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы воинской службы. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России. Прохождение военной службы по призыву и контракту. Права и ответственность военнослужащих. Альтернативная гражданская служба. Основные ТТХ автомата Калашникова, неполная разборка и сборка автомата – отработка нормативов.);

Глава 5. Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил РФ (Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве

владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Как стать офицером Российской Армии. Практическая встреча с офицерами и курсантами воинских ВУЗов. Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.).

3. Тематическое планирование

10 класс

Разделы и темы программы	Кол-во часов		Задание (стр.)	
	Всего	Из них практ.		
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	13			
Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.	6			
1.1 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.	1		8	
1.2 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера и при угрозе террористического акта.	1		15	
1.3 Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1		25	
1.4 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1		29	
1.5 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.	1		32	
1.6 Законы Российской Федерации по обеспечению безопасности.	1		35	
Глава 2. Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны.	7			
2.1 Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	1		41	
2.2 Современные средства	1		45	

поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.				
2.3 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1		56	
2.4 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС мирного и военного времени.	1		59	
2.5 Средства индивидуальной защиты.	1	1	63	
2.6 Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.	1		69	
2.7 Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	1		72	
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	5			
Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	2			
3.1 Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.	1		75	
3.2 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1		77	
Глава 4. Основы здорового образа жизни.	3			
4.1 Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1		82	
4.2 Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1		91	
4.3 Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1		93	
Раздел 3. Основы обороны государства.	9			
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.	4			
5.1 История создания Вооруженных	1		106	

Сил Российской Федерации.				
5.2 Организационная структура Вооруженных Сил. Виды ВС России, рода войск.	1		118	
5.3 Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1		130	
5.4 Другие войска, их состав и предназначение. Пограничные органы.	1		135	
Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	2			
6.1 Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дни воинской славы России.	1		139	
6.2 Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	1		168	
Глава 7. Символы воинской чести.	3			
7.1 Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	1		173	
7.2 Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1		176	
7.3 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1		183	
Раздел 4. Основы военной службы.	7			
Глава 8. Основы практической подготовки к военной службе.	7			
8.1 Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.	1		189	
8.2 Размещение и быт военнослужащих.	1	1	191	
8.3 Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.	1	1	197	
8.4 Организация караульной службы, обязанности часового.	1	1	198	
8.5 Строевая подготовка.	1	1	201	
8.6 Огневая подготовка.	1	1	208	
8.7 Тактическая подготовка.	1	1	220	
Всего	34	7		

11 класс

Разделы и темы программы	Кол-во часов		Задание (стр.)	
	Всего	Из них практ.		
Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	10			
Глава 1. Основы здорового образа жизни.	5			
1.1 Правила личной гигиены и здоровья.	1		8	
1.2 Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1		13	
1.3 Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.	1		18	
1.4 СПИД и его профилактика.	1		23	
1.5 Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	1		27	
Глава 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.	5			
2.1 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1		33	
2.2 Первая медицинская помощь при ранениях.	1		38	
2.3 Первая медицинская помощь при травмах.	1		45	
2.4 Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1		50	
2.5 Практическое оказание первой медицинской помощи, работа на макетах.	1	1		
Раздел 2. Основы военной службы.	24			
Глава 3. Военная обязанность.	7			
3.1 Основные понятия о военной обязанности.	1		56	
3.2 Организация воинского учета и его предназначение.	1		57	
3.3 Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1		63	
3.4 Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1		73	
3.5 Организация медицинского освидетельствования граждан при	1		76	

постановке их на воинский учет.				
3.6 Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1		83	
3.7 Практическая встреча с военнослужащими ВС РФ.	1	1		
Глава 4. Особенности военной службы.	10			
4.1 Правовые основы военной службы.	1		88	
4.2 Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы воинской жизни.	1		102	
4.3 Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.	1		104	
4.4 Прохождение военной службы по призыву.	1		107	
4.5 Прохождение военной службы по контракту.	1		117	
4.6 Права и ответственность военнослужащих.	1		124	
4.7 Строевая подготовка военнослужащих.	1	1		
4.8 Альтернативная гражданская служба.	1		130	
4.9 Основные ГТХ автомата Калашникова, пистолета Макарова.	1	1		
4.10 Неполная сборка, разборка АК.	1	1		
Глава 5. Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил РФ.	7			
5.1 Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1		134	
5.2 Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	1		139	
5.3 Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.	1		152	
5.4 Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	1		159	
5.5 Как стать офицером Российской Армии.	1		159	

5.6 Практическая встреча с офицерами и курсантами воинских вузов.	1	1		
5.7 Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ.	1		172	
Всего	34	6		

Учебно-методическое обеспечение

- 1) Специализированный Учебно-Методический кабинет, оборудованный электронной доской, наглядными пособиями и специальными средствами и приборами
- 2) Тир, оборудованный для стрельбы из пневматических винтовок и практических занятий с учебными макетами оружия, специальными средствами индивидуальной защиты
- 3) Велогородок с препятствиями и знаками ПДД для практических занятий по соблюдению ПДД
- 4) Полоса препятствий

Список учебной литературы

- 1) Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности, учебник для 10-11 классов,-М.: Просвещение, 2008.
- 2) Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов ВУЗов,- 4-е изд.-М.: Академия, 1999.
- 3) Акимов В.А. и др.: Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: Учебное пособие в системе образования МЧС России и РСЧС. Деловой экспресс, 2004.
- 4) Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), учебное пособие, ООО «Армпресс», Москва – 2003.
- 5) Военная психология и педагогика: Учебное пособие под общей редакцией генерал-полковника В.Ф. Кулакова. –М.: Военный университет, 1996.
- 6) Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений, А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, -6-е изд. –М.: Просвещение, 2007.
- 7) Противодействие терроризму: Учебно-методическое пособие, Ю.С. Паткевич, Ижевск - Удмуртия, 2004.
- 8) Уголовный кодекс Российской Федерации, Москва: Эксмо, 2011.
- 9) Ваша безопасность в экстремальных условиях (Советы специалистов) под общей редакцией Елисеева А.М., ГУ МЧС Москва, 2006.
- 10) Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ 2011, Эксмо Москва, 2011.