

**Рабочая программа учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
10-11 класс**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус программы: Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее Программа ОБЖ) является составной частью основной образовательной программы среднего общего образования МКОУ «СОШ № 7» для 10-11 классов.

Нормативно-правовые документы, на основе которых составлена рабочая программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм., внесенными ФЗ от 24.06.2014 № 145-ФЗ, от 06.04.2016г. № 68-ФЗ

2. Об утверждении Федерального компонента государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004г. № 1089(ред.Приказов Минобрнауки России от 03.06.2008г. № 164, от 31.08.2009г. №320, от 19.10.2009г.№427, от 10.11.2011г. № 2643, от 24.01.2012г. №39, от 31.01.2012г. 69, от 23.06.2015. № 609.)

3. Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2015 г. № 576, от 28.12.2015г. №1529, от 26.01.2016г. №38. от 21.04.2016г. №459, от 29.12.2016г. № 1677

4. Закон Челябинской области от 29.08.2013г. № 515-ЗО (ред. От 26.12.2016) «Об образовании в Челябинской области (подписан Губернатором Челябинской области 30.08.2013г) Постановление Законодательного Собрания Челябинской области от 29.08.2013г. № 1543

5. Письмо Министерства образования и науки Челябинской области «О преподавании учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 2018-2019 учебном году» от 28 июня 2018 г. №1213/6651

Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе Федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования, примерной программы по «Основам Безопасности Жизнедеятельности», программы общеобразовательных учреждений «Основы Безопасности Жизнедеятельности» и обеспечена учебно-методическим комплектом под редакцией А.Т. Смирнова.

Настоящая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает последовательность изучения тем и разделов предмета ОБЖ с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, необходимых для качественной организации учебного процесса.

Реализация программы позволит сформировать у обучаемых цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности; поможет в определенной степени определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и потребностей.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих целей:

– **усвоение и закрепление учащимися знаний** об опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера, о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства; об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса; о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; при угрозе террористического акта, о мерах профилактики наркомании;

о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

– **усвоение учащимися содержания** основных положений Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму; нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок

подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;

– **усвоение знаний о предназначении** основных функций и задач Вооруженных Сил Российской Федерации; видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск; оруководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации; участии Вооруженных Сил России 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 внутреннеи выполнении каждым гражданином Российской Федерации Конституционного долга и обязанности по защите Отечества;

– **развитие у учащихся личных** духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта; потребности в соблюдении норм здорового образа; потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России, в области безопасности жизнедеятельности; физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

– **воспитание** у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства;

– **развитие** духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях в опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера;

– **освоение** знаний о безопасном поведении человека в опасных и ЧС природного и техногенного и социального характера;

– **формирование** умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья.

Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

– умение самостоятельно и мотивировано 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 опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта; вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и 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 проектной деятельности по организации и проведению учебно- исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

– навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа; ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;

– ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и пути продолжения своего образования.

Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классах общеобразовательных учреждений (автор А.Т.Смирнов, изд-во «Просвещение», 2018).

В процессе обучения использовали программу общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Б.О.Хренникова 1-11 классы, учебник: Смирнов А.Т., Хренников О.Б «Основы безопасности жизнедеятельности», 10-11 класс. Данная программа курса ОБЖ для обучающихся в 10-11 классах общеобразовательных учреждений разработана авторским коллективом в составе: А.Т.Смирнов, В.А. Васнев, М.В. Маслов, Б.О.Хренников.

Актуальность преподавания ОБЖ по предлагаемой программе отличается тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частого проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера и отсутствия навыков разумного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. В деле защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость выработки у населения привычек здорового образа жизни. Обоснование выбора данной программы является то, что она в соответствии со структурой школьного образования обеспечивает выстраивание систематического курса, непрерывно развивающего знания учащихся в области ОБЖ.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;

организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

В соответствии с учебным планом в МКОУ СОШ №7 на изучение ОБЖ в 10-11 классах выделен 1 час, в год 34 часа. В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, истории создания Вооруженных Сил, их организационной структуре, функции и основных задачах боевых традициях и символах воинской чести, об основных воинских обязанностях.

В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практических навыков программой курса предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса на базе воинских частей, определяемых военными комиссариатами или на базе учебных учреждений Российской оборонной спортивно-технической организации (РОСТО) в конце учебного года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (35 часов учебного времени).

Преподавание курса ОБЖ в 10-11 классе проводит преподаватель-организатор курса ОБЖ. В аттестат о среднем (основном) общем образовании обязательно выставляется итоговая отметка по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности".

Структурно программа курса ОБЖ состоит из трёх логически взаимосвязанных модулей:

- основы безопасности личности, общества, государства;
- основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- обеспечение военной безопасности государства.

Изменения в рабочую программу не вносились.

Количество учебных часов, на которое рассчитана программа:

- 10 класс – 34 учебных часа (из расчета 1 час в неделю);
- 11 класс – 34 учебных часа (из расчета 1 час в неделю).

Программа предусматривает совместное обучение юношей и девушек.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

10 класс

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила безопасного поведения

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

Автономное существование человека в условиях природной среды.

Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера

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

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.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

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.).

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.

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

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.

Ядерное и химическое оружие.

Классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

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 содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций 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).

Средства индивидуальной защиты

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.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне 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.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши до призывного возраста к военной службе и трудовой деятельности

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.

Классификация, пути передачи и профилактика инфекционных заболеваний. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной специфической профилактике.

Наиболее распространенные инфекционные заболевания.

Механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Основы здорового образа жизни.

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.

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 долголетия.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

Употребление табака и его влияние на организм человека

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Употребление алкоголя и его влияние на здоровье человека

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека и социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Наркомания и токсикомания

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Раздел III. Основы военной службы

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

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

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

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.

Рода войск, не входящих в виды Вооруженных Сил РФ, специальные войска. Тыл Вооруженных Сил РФ.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

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, ее этапы и их основное содержание.

Другие войска, их состав и предназначение. Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Боевые традиции Вооруженных Сил России

Патриотизм и верность воинскому долгу – 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.

Памяти поколений – дни воинской славы России

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

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

Дружба, войсковое товарищество – основа 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.

Символы воинской чести

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 Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

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, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

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.

11 класс

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Наиболее распространенные причины пожара в быту.

Правила личной безопасности при пожаре. Действия, которые необходимо предпринять если пожар в квартире, на балконе, в лифте, в подъезде.

Обеспечение личной безопасности на водоемах. Безопасный отдых на водоемах. Безопасность на замерзших водоемах

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, с бытовым газом. Меры безопасности при пользовании в доме водой, при пользовании средствами бытовой химии.

Раздел II. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Национальный антитеррористический комитет. Основные задачи Комитета. Контртеррористическая операция. Роль руководителя контртеррористической операцией. Правовой режим.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Гуманитарная помощь. Структура МЧС.

Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. Пресечение террористических актов в воздушной среде и во внутренних водах. Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Правила личной гигиены и здоровье Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

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.

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

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 СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

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.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

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

Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

Правила остановки артериального кровотечения. Правила наложения давящей повязки и жгута. Техника наложения жгута-закрутки

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота.

Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.

Первая медицинская помощь при остановке сердца. Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

Раздел V. Основы обороны государства

Основные задачи современных Вооруженных Сил России. В мирное время. В период непосредственной угрозы. В Военное время. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

Символы воинской чести. Военная форма одежды.

Основные понятия о воинской обязанности. Мобилизация. Военное положение. Военное время.

Организация воинского учета. Первоначальная постановка на воинский учет.

Прохождение военной службы по призыву. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. 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.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

Раздел VI. Основы военной службы

Статус военнослужащего.

Общевоинские уставы. Нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России

Основные виды воинской деятельности. Учебно-боевая подготовка. Служебно-боевая деятельность. Реальные боевые действия

Основные обязанности военнослужащих. Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих. 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.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Порядок вручения Боевого знамени воинской чести. Воинская присяга. Ритуал спуска и подъема государственного флага РФ. Порядок вручения личному составу вооружения.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

10 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов |
|--------------|---|---------------------|
| | Раздел Основы комплексной безопасности | 10 |
| 1 | Автономное пребывание человека в природной среде | 1 |
| 2 | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. | 1 |
| 3 | Обеспечение личной безопасности на дорогах. | 1 |
| 4 | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. | 1 |
| 5 | Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия. | 1 |
| 6 | Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера. | 1 |
| 7 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. | 1 |
| 8 | Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера. | 1 |
| 9 | Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. | 1 |
| 10 | Характер современных войн и вооруженных конфликтов. | 1 |
| | Раздел Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 2 |
| 11 | Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. | 1 |
| 12 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. | 1 |
| | Раздел Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации | 3 |
| 13 | Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. | 1 |
| 14 | Экстремизм и экстремистская деятельность. | 1 |
| 15 | Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности. | 1 |
| | Раздел Основы здорового образа жизни | 5 |
| 16 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика | 1 |
| 17 | Здоровый образ жизни. | 1 |
| 18 | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. | 1 |
| 19 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. | 1 |
| 20 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. | 1 |
| | Раздел Основы обороны государства | 14 |
| 21 | Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны. | 1 |
| 22 | Основные виды оружия и их поражающие факторы. | 1 |
| 23 | Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. | 1 |
| 24 | Средства индивидуальной защиты. | 1 |
| 25 | История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. | 1 |
| 26 | Памяти поколений- дни воинской славы России. | 1 |

| | | |
|----|---|---|
| 27 | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. | 1 |
| 28 | Сухопутные войска ,их состав и предназначение. | 1 |
| 29 | Военно-воздушные силы, их состав и предназначение. | 1 |
| 30 | Военно-морской флот, их состав и предназначение. | 1 |
| 31 | Ракетные войска стратегического назначения. их состав и предназначение. | 1 |
| 32 | Воздушно-десантные войска. | 1 |
| 33 | Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Другие войска. | 1 |
| 34 | Основы обороны государства. Военные сборы. | 1 |

11 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов |
|-------|---|--------------|
| | Раздел Основы комплексной безопасности | 4 |
| 1 | Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. | 1 |
| 2 | Правила личной безопасности при пожаре. | 1 |
| 3 | Обеспечение личной безопасности на водоемах. | 1 |
| 4 | Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. | 1 |
| | Раздел Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации | |
| 5 | Национальный антитеррористический комитет. Контртеррористическая операция.. | 1 |
| 6 | Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. | 1 |
| 7 | Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. | 1 |
| | Раздел Основы здорового образа жизни | 5 |
| 8 | Правила личной гигиены. | 1 |
| 9 | Нравственность и здоровый образ жизни. | 1 |
| 10 | Инфекции ,передаваемые половым путем. Меры их профилактики. | 1 |
| 11 | Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. | 1 |
| 12 | Семья в современном обществе. Законодательство и семья. | 1 |
| | Раздел Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи | 7 |
| 13 | Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. | 1 |
| 14 | Первая помощь при ранениях. | 1 |
| 15 | Правила остановки артериального кровотечения. | 1 |
| 16 | Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. | 1 |
| 17 | Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. | 1 |
| 18 | Первая помощь при черепно-мозговой травме. травме груди, травме живота. | 1 |
| 19 | Первая помощь при остановке сердца и других травмах. | 1 |
| | Раздел Основы обороны государства | 7 |
| 20 | 20. Основные задачи современных Вооруженных Сил России. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. | 1 |
| 21 | Символы воинской чести. | 1 |
| 22 | Основные понятия о воинской обязанности. | 1 |
| 23 | Организация воинского учета. Первоначальная постановка на | 1 |

| | | |
|----|--|----------|
| | воинский учет. | |
| 24 | Прохождение военной службы по призыву. | 1 |
| 25 | Прохождение военной службы по контракту. | 1 |
| 26 | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. | 1 |
| | Раздел Основы военной службы | 8 |
| 27 | Статус военнослужащего. | 1 |
| 28 | Общевойские уставы. | 1 |
| 29 | Основные виды воинской деятельности | 1 |
| 30 | Основные обязанности военнослужащих. | 1 |
| 31 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. | 1 |
| 32 | Повторение по теме "Основы безопасности личности, общества, государства" | 1 |
| 33 | Повторение по теме "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" | 1 |
| 34 | Повторение по теме "Обеспечение военной безопасности государства" | 1 |

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 10 КЛАСС

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- основные понятия ГО;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- организацию гражданской обороны в школе.
- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль питания как составляющей ЗОЖ;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.
- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.
- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;
- общие черты международного терроризма.
- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;
- потенциально опасные объекты в районе проживания.
- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;
- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

Уметь:

- определить вид применённого оружия;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию
- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.
- работать с правовыми документами.
- различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.
- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях.

11 КЛАСС

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- правила личной гигиены;
- связь гигиены и физической культуры;
- роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;
- основные положения законодательства о семье и браке.
- симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности;
- правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;

- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.
- структуру и содержание общевоинских уставов;
- условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге;
- организацию призыва на военную службу;
- порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения;
- особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой
- требования к воину-специалисту;
- порядок подготовки по воинским специальностям;
- понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;
- требования, предъявляемые к офицеру военной службой;
- важнейшие положения международного права войны.

Уметь:

- оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания.
- порядок определения годности к военной службе;
- цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;
- назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе;
- порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.
- работать с правовыми документами.

Использовать приобретенные знания и умения на практике для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- подготовки граждан к военной службе;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- подготовки к профессиональной деятельности.

**РЕАЛИЗАЦИЯ НАЦИОНАЛЬНЫХ, РЕГИОНАЛЬНЫХ
ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ**

Распределение элементов НРЭО на учебных занятиях по ОБЖ в 10 классах.

| № | № ур | Тема урока | Содержание НРЭО | Время |
|---|------|--|---|----------|
| 1 | 2 | Обеспечение личной безопасности на дорогах | О состоянии ДТП в Челябинской области | 20 минут |
| 2 | 3 | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях | О криминогенной обстановке в Челябинской области | 20 минут |
| 3 | 4 | Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. | Правила поведения в условиях ЧС природного характера, наиболее вероятных на Урале | 20 минут |
| 4 | 5 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия | Правила поведения в условиях ЧС техногенного характера, наиболее вероятных на Урале | 20 минут |
| 5 | 15 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика | Состояние заболеваемости инфекционными заболеваниями в Челябинской области | 20 минут |
| 6 | 18 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. | Профилактика вредных привычек на Урале | 20 минут |
| 7 | 19 | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны | Создание ГО в Челябинской области | 20 минут |
| 8 | 25 | История создания Вооружённых Сил Российской Федерации | Военные учебные заведения на Урале | 15 минут |

Распределение элементов НРЭО на учебных занятиях по ОБЖ в 11 классах.

| № | № ур | Тема урока | Содержание НРЭО | Время |
|---|------|--|--|----------|
| 1 | 1 | Пожарная безопасность, обязанности граждан в области пожарной безопасности | О состоянии пожарной безопасности в Челябинской области | 20 минут |
| 2 | 3 | Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года | Безопасные водоемы на Урале | 20 минут |
| 3 | 7 | Правила поведения при угрозе террористического акта последствия. | Терроризм на Урале | 20 минут |
| 4 | 11 | Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики | Состояние заболеваемости ИППП в Челябинской области | 10 минут |
| 5 | 11 | Понятие о ВИЧ- инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции | Состояние заболеваемости и профилактика ВИЧ-инфекций и СПИДА в нашем регионе | 15 минут |
| 6 | 14 | Первая медицинская помощь при ранениях | Статистические данные ранений Челябинской области | 15 минут |
| 7 | 18 | Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме | Травматизм на Урале | 20 минут |
| 8 | 23 | Первоначальная постановка граждан на воинский учет | Военные учебные заведения на Урале | 15 минут |

ХАРАКТЕРИСТИКА КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Большое внимание уделяется практическим работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях.

В конце изучения учебного предмета предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

Формы контроля:

1. Тестовые задания (7- 15 мин).
2. Устный опрос (7-15 мин)
3. Контрольные работы (промежуточная и итоговая)

Средства контроля и оценки результатов обучения:

Все тестовые задания оцениваются так:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов.

Критерии оценивания:

- «2» - менее 25% правильных ответов.
- «3» - от 25% до 50% правильных ответов.
- «4» - от 50% до 75% правильных ответов.
- «5» - от 75% и более правильных ответов.

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

Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНИКИ

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова. – 6-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2018.

2. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – 6-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2018.

3. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций/ / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов/ под ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2014.

4. Основы безопасности жизнедеятельности. Планируемые результаты. Система знаний. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций//А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов; под редакцией Г.С.Ковалёвой, О.Б.Логиновой.– М. : Просвещение, 2013.