

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 32 города Белово»

Принята:  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «31» августа 2018 г.

Утверждаю:  
Директор И.А. Шилова  
Приказ № 74  
от «01» сентября 2018 г.



**Рабочая программа  
по Основам Безопасности Жизнедеятельности  
для обучающихся 10 и 11 классов  
на 2018 - 2019 учебный год**

Рассмотрена на заседании  
методического объединения  
Протокол № 1  
от «29» августа 2018 г.  
Руководитель МО Шитова Т.Ф.

Обсуждена  
методическим советом  
Протокол № 1  
от «30» августа 2018 г.  
Председатель МС Томилова С.Б.

Составитель: Дронов А.К.,  
учитель ОБЖ

Белово 2018

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 10-11 классов среднего (полного) общего образования составлена на основе:

-Федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования утвержденного приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 №1089;

-Примерной программы по основам безопасности жизнедеятельности Сборник нормативных документов. - М.: Просвещение 2011 .

-авторской программы А. Т. Смирнова, Б. О. Хренникова для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, Просвещение,2011г

Обучение ведётся по учебнику:

(Основы безопасности жизнедеятельности 10кл. для общеобразовательных учреждений. А.Т. Смирнов,Б.О.Хренников – М.:Просвещение,2012.

Основы безопасности жизнедеятельности 11кл. для общеобразовательных учреждений. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников-М.: Просвещение, 2012

Программа рассчитана на **69** часов, из расчета **1** час в неделю.

### **Цели и задачи.**

Программа направлена на решение следующих задач:

- 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 ОБУЧАЮЩИХСЯ**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне обучающийся 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;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

### **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;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

**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;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	
		<b>10кл</b>	<b>11кл</b>
1.	Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности	3	8
2.	Государственная система обеспечения безопасности населения	11	4
3.	Основы обороны государства и воинская обязанность	21	22
	<b>Всего</b>	<b>35</b>	<b>34</b>

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 10 КЛАСС

№ п/п	Сроки проведения	Тема	Количество часов
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			<b>8</b>
1	6.09	Автономное пребывание человека в природной среде	1
2	13.09	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях и в городской среде. Правила дорожного движения.	1
3	20.09	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта	1
4	27.09	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия	1
5	4.10	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия	1
6	11.10	Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооруженных конфликтов Концепция национальной безопасности	1
7	18.10	Международный терроризм-угроза национальной безопасности России	1
8	25.10	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности	1
<b>Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности</b>			<b>3</b>
9	8.11	Основные инфекционные заболевания ,их классификация и профилактика	1
10	15.11	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Факторы влияющие на здоровье.	1
11	22.11	Вредные привычки, их влияние на здоровье .Профилактика вредных привычек.	1
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			<b>3</b>
12	29.11	Гражданская оборона -составная часть обороноспособности страны Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	1
13	6.12	Оповещение, информирование и защита населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	1
14	13.12	Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС	1
<b>Основы обороны государства и военная обязанность</b>			<b>20</b>
15	20.12	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Дни воинской славы.	1
16	27.12	Состав ВС РФ и управление ВС РФ.	1
17	17.01	Сухопутные войска и ВДВ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск и ВДВ.	1

18	24.10	Военно-Морской Флот, его состав и предназначение .Вооружение и военная техника ВМФ	1
19	31.01	РВСН ,ВКС и ВВС. Их предназначение ,состав и вооружение	1
20	7.02	Патриотизм и верность воинскому долгу, дружба и войсковое товарищество-основа боевой готовности подразделений.	1
21	14.02	Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок.	1
22	21.02	Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих	1
23	28.02	Суточный наряд. Общие положения.	1
24	7.03	Обязанности дежурного и дневального по роте.	1
25	14.03	Организация караульной службы. Общие положения	1
26	21.03	Часовой- его обязанности и неприкосновенность	1
27	4.04	Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия	1
28	11.04	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	1
29	18.04	Строи отделения, развернутый строй и походный строй.	1
30	18.04	Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.	1
31	25.04	Назначение и ТТХ автомата Калашникова	1
32	2.05	Порядок неполной разборки и сборки АК (практические занятия)	1
33	16.05	Современный бой	1
34	23.05	Военно-профессиональная ориентация.	1
35	30.05	Основные направления подготовки специалистов для службы в ВС РФ	1

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 11 КЛАСС

№ п/п	Сроки проведения	Тема	Кол-во часов
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			<b>4</b>
1.	1.09	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности Правила личной безопасности при пожаре	1
2	8.09	Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Правила дорожного движения.(в части касающейся пешеходов, велосипедистов и водителей ТС)	1
3	15.09.	Нормативно- правовая база борьбы с терроризмом Контртеррористическая операция и условия ее проведения	1
4	22.09	Правила поведения при угрозе террористического акта (ситуационные задачи) Государственная политика противодействия терроризму и экстримизму	1
<b>Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности</b>			<b>8</b>
5	29.09	Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье	1
6	6.10	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики.	1
7	13.10	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции	1
8	20.10	Семья в современном обществе. Законодательство и семья. Репродуктивное здоровье. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем	1
9	27.10	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, при тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током	1
10	10.11	Первая медицинская помощь при ранениях. Основные правила оказания первой медицинской помощи. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца Правила остановки артериального кровотечения	1
11	17.11	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1
12	24.11	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота Первая медицинская помощь при травмах в области	1

		таза, при повреждениях позвоночника, спины	
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			<b>22</b>
13	1.12	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ	1
14	8.12	Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, достоинства и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды	1
15	15.12	Основные понятия о воинской обязанности Организация воинского учета	1
16	22.12	Первоначальная постановка граждан на воинский учет Обязанности граждан по воинскому учету	1
17	12.01	Обязательная подготовка граждан к военной службе Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям	1
18	19.01	Подготовка граждан по военно- учетным специальностям Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
19	26.01	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет Профессиональный психологический отбор и его предназначение	1
20	2.02	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1
21	9.02	Правовые основы военной службы Статус военнослужащего	1
22	16.02	Военные аспекты международного права Общевоинские уставы	1
23	2.03	Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ	1
24	9.03	Устав гарнизонный и караульной службы Вооруженных Сил РФ Строевой устав Вооруженных Сил РФ	1
25	16.03	Основные виды воинской деятельности Основные особенности воинской деятельности	1
26	23.03	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина Военнослужащий- патриот	1
27	6.04	Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных Сил РФ Военнослужащий- специалист своего дела	1
28	13.04	Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников Основные обязанности военнослужащих	1
29	20.04	Порядок вручения Боевого Знамени воинской части Порядок приведение к Военной присяге (принесения	1



		обязательства)	
30	27.04	Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники стрелкового оружия Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ	1
31	4.05	Призыв на военную службу Порядок прохождения военной службы	1
32	11.05	Размещение и быт военнослужащих	1
33	18.05	Особенности военной службы по контракту	1
34	25.09	Альтернативная служба	1

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **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.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

### **Государственная система обеспечения безопасности населения**

Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

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. 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.

### **ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ:**

- фронтальный опрос;
- индивидуальный опрос;
- устные ответы, с использованием иллюстрационного материала;
- знание понятий и терминов;
- тематические зачеты, выполнение нормативов;
- индивидуальные работы учащихся (доклады, рефераты, мультимедийные проекты)

## ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

Литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. Для учащихся 11кл. общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов, Б. О. Хренников, под ред. А. Т. Смирнова. М.:Просвещение 2011;
2. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник школьника/ Москва 2007/
3. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности 10-11кл.: Евлахов В. М. Дрофа, 2004.
4. Ваши шансы избежать беды: учеб. Пособие/Сб.ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» / авт.-сост. В. К. Емельянчик, М. Е. Капитонова. СПб.: КАРО, 2002.
5. Методика обучения ОБЖ / Л. В. Байгородова, Ю. В. Индюков-2003г.
6. Закон РФ «О безопасности». – Спб: Речь, 2005. – 15 с.
- 7.Закон РФ «О безопасности дорожного движения» (от 10.12.1995г. № 196-ФЗ). - М.: Омега, 2005. – 32 с.
- 8 .Закон РФ «О борьбе с терроризмом». – М.: Омега, 2005. – 32 с.
- 9 .Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» (№ 53-ФЗ от 28.03.1998г.). - М.: ЭКСМО, 2003. – 288 с.
- 10 .Закон РФ «О гражданской обороне» (от 12.02.1998 г. № 28-ФЗ)
- 11.Закон РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». – М.: ЭКСМО, 2012
- 12 .Закон РФ «О пожарной безопасности».– М.: Омега, 2011
- 13 .Закон РФ «О радиационной безопасности населения» (от 9.01.1996г. № 3-ФЗ в ред.ФЗ от 22.12.04г. №122-ФЗ).– М.: Омега, 2012
- 14 .Закон РФ «Об обороне» (от 31.05.1996 г. № 61-ФЗ). - М.: ЭКСМО, 2011
- 15 .Закон РФ «Об образовании». – М.: Приор, 2012.

