

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Тупиковская средняя общеобразовательная школа»
Бузулукского района Оренбургской области

РАССМОТРЕНО
методическим
объединением учителей

(Бобровицкая Е.В.)

Протокол № 1

от " 29 "августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по УР

(Ковляшенко О.Н.)

Протокол №1

от "29 "августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

(Колпаков С.Н.)

Приказ № 135

от "29 "августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 10-11 классов
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Колпаков Сергей Николаевич

2022

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для **10-11 классов** (далее – Рабочая программа) представляет собой содержания и тематического планирования учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) в старших классах общеобразовательной средней школы.

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) для **10-11 класса** (далее – Рабочая программа) составлена на основании: Закона об образовании; Стандарта образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»; примерной программы по ОБЖ; авторской образовательной программы под общей редакцией *Ким С. В., Горский В. А.* Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф .

Цели изучения учебного предмета.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;
- **овладение умением** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;

- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

Общая характеристика учебного предмета

В курсе ОБЖ для 10-11 классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом "О воинской обязанности военной службе" письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 г №1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10-11 классов введен раздел "Основы военной службы". Раздел "Основы военной службы" органически связан с другими разделами курса и направлен, прежде всего на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, патриотическое (военно-патриотическое воспитание) старшеклассников. В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10—11 классах по одному часу в неделю: 34 часа в 10 классе и 34 часа в 11 классе (всего 68 часов). 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 (40 часов учебного времени). Структурно программа курса ОБЖ 10-11 класса состоит из трех разделов:

1. основы безопасности личности, общества, государства;

2. Военная безопасность государства;
3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В программе реализованы требования Федеральных законов "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", "О гражданской обороне", "О защите населения территории от чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера" и постановлений Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года № 43 "О федеральной целевой программе "Создание развитие Российской системы предупреждения действий в чрезвычайных ситуациях", от 24 июля 1995 года № 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций".

Описание места учебного предмета в учебном плане ОУ

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является *интегрированным*, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

Планируемые результаты изучения учебного предмета (личностные, метапредметные, предметные)

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах

Ученик должен знать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России; состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; основные виды воинской деятельности; общие обязанности солдата в бою; основные способы передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации. средства массового поражения и их поражающие факторы;

Ученик должен уметь:

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

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

– обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

— оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

— выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни

- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдавании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, Оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении.

Личностные результаты:

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа

толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;

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

Метапредметные результаты предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

- умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;

- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;

- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

в ценностно-ориентационной сфере:

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, анти-экстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;

- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

в коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;

- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;

- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;

- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;

- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;

- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;

- умение оказывать первую помощь;

- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**Календарно-тематическое планирование по предмету
«основы безопасности жизнедеятельности»
10 класс**

№ п/ п	Название темы	Количе ство часов	Основные изучаемые вопросы темы	Дата проведен ия	
				По пла ну	По фак ту
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)					
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)					
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1 час	<p><i>Вопросы:</i> значение культуры безопасности жизнедеятельности личности, общества в современном мире;</p> <ul style="list-style-type: none"> • роль государства в обеспечении безопасности личности и общества; • роль науки и образования в формировании культуры безопасности 	02. 09	

			жизнедеятельности личности и общества.		
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности, ее значение и особенности; • основы теории безопасности жизнедеятельности: основные положения и принципы, методы и средства; • стратегия и тактика управления безопасностью жизнедеятельности. 	09.09	
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности и человека в среде обитания	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • экология человека и экология среды обитания; • антропогенное воздействие, 	16.09	

			<p>технологическая нагрузка на среду обитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> • экологическая безопасность среды обитания, урбо-экосистемы. 		
4	<p>Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • медико-биологические основы здоровья человека; • адаптация организма к среде обитания; • общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. 	23.09	
5	<p>Психологические основы безопасности жизнедеятельности и человека в среде обитания</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • психические процессы и состояния человека; • антропогенные опасности, особые психические состояния; • экология психики 	30.09	

			личности, методы повышения безопаснос ти.		
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)					
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • конституционные основы обеспечения безопасности; • нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека; • федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий 	07. 10	
7	Защита национальной безопасности	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • военные угрозы национальной 	14. 10	

	государства от военных угроз		<p>безопасности России, характер современных войн и вооруженных конфликтов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стратегия национальной безопасности и России; цели, задачи, значение документа; Военная доктрина Российской Федерации. 		
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • современный комплекс проблем безопасности и социального характера; • Военная доктрина Российской Федерации: внешние и внутренние угрозы общественной и личной безопасности; • защита личной и общественн 	21. 10	

			ой безопасност и от внешних угроз социальног о характера — военных опасностей.		
9	Противодействие экстремизму	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • федеральны е законы Российской Федерации по защите от экстремизма ; • основные принципы и направлен ия противодей ствия экстремиз му; • Уголовный кодекс Российской Федерации: экстремистс кая деятельност ь и наказание. 	28. 10	
1 0	Проти водейс твие террор изму, наркот	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • федеральн ые законы по защите населения России от социальн 	11. 11	

	изму в Российской Федерации		<p>ых угроз: терроризма, экстремизма, наркотизма;</p> <ul style="list-style-type: none"> • основные принципы и направления противодействия террористической деятельности; • Уголовный кодекс Российской Федерации: терроризм — преступление и наказание. 		
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)					
1 1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи, структура, организация 	18. 11	

			<p>работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России): задачи, структура; • организация гражданской обороны на объектах экономики. 		
1 2	<p>Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • деятельность сил гражданской обороны и МЧС России; • основные меры защиты населения от чрезвычайны 	25. 11	

	ситуациях		<p>х ситуаций: оповещение, укрытие людей в защитных сооружениях , эвакуация, инженерная защита, аварийно- спасательные работы, медицинская защита: обсервация, карантин, дезинфекция, санитарная обработка, дезактивация</p>		
1 3	<p>Защита населения и территорий от чрезвычайны х ситуаций природного характера</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • деятельность сил гражданской обороны и МЧС России; • основные меры защиты населения от чрезвычайны х ситуаций: оповещение, укрытие людей в защитных сооружениях , эвакуация, инженерная защита, аварийно- спасательные 	02. 12	

			работы, медицинская защита: обсервация, карантин, дезинфекция, санитарная обработка, дезактивация .		
1 4	Защита населения и территорий от чрезвычайны х ситуаций техногенного характера	1 час	<i>Вопросы:</i> • характерис тика чрезвычайн ых ситуаций техногенно го характера, их последстви я; • общие правила действий населения в чрезвычай ных ситуациях техногенн ого характера на взрывоопа сном объекте; • химическая опасность и химическая безопасность.	09. 12	
1 5	Чрезвычайные	1 час	<i>Вопросы:</i>	16. 12	

	ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование		<ul style="list-style-type: none"> • обязательно и добровольное страхование жизни и здоровья; • инженерные сооружения и инструменты управления безопасностью; • риски чрезвычайных техногенных опасностей. 		
--	--	--	---	--	--

Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)

1 6	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • чрезвычайные ситуации военного характера, роль РСЧС и гражданской обороны в защите населения России от оружия массового 	23. 12	
--------	--	-------	--	-----------	--

			<p>поражения (ОМП);</p> <ul style="list-style-type: none"> • виды оружия массового поражения : ядерное, химическое и бактериологическое; современные обычные средства поражения . 		
17	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • радиационная безопасность населения и территорий; • радиационная опасность, экспозиционная доза облучения и уровень радиации; • общие рекомендации при угрозе радиационного 		

			зараж ения.		
1 8	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1 час	<i>Вопросы:</i> • убежища и укрытия — средства коллектив ной защиты населения; • защитны е свойства и характер ные особенно сти убежищ, укрытий; особенности противорадиаци онного укрытия.		
1 9	Защита населения и территорий от биологическо й и экологической опасности	1 час	<i>Вопросы:</i> • характерис тика биологиче ских (биолого- социальны х) чрезвычай ных ситуаций; • источники биолого- социальной и экологичес кой		

			<p>опасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • экологический кризис, экологическая безопасность. 		
20	<p>Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • защита органов дыхания и кожных покровов; • защитные свойства и характеристик и противогазов; специальные и простейшие средства индивидуальной защиты. 		
21	<p>Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; • геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия развития и обеспечения боевой готовности Вооруженн 		

			<p>ых Сил нашего государств а;</p> <ul style="list-style-type: none"> • структура Вооруженных Сил Российской Федерации. 		
2 2	<p>Состав Вооруженных Сил Российской Федерации</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • состав и основные задачи Вооружен ных Сил Российско й Федераци и; • виды Вооруженн ых Сил: краткая характерис тика и назначение ; • рода войск: краткая характеристик а и назначение. 		
2 3	<p>Воинская обязанность и военная служба</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • законодате льные основы военной службы в Вооруженн ых Силах Российской Федерации; 		

			<ul style="list-style-type: none"> • воинская обязанность: краткая характеристика и назначение; • военная служба и допризывная подготовка. 		
2 4	Права и обязанности военнослужащих	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • законодательные основы социальной защиты военнослужащих; • права и обязанности военнослужащих; • виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим. 		
2 5	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • боевые традиции Российской армии; • ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. 		
Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)					

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные (5 ч)

2 6	Медицинское обеспечение индивидуально го и общественного здоровья	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • подходы к пониманию сущности здоровья; • медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; • социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания. 		
2 7	Здоровый образ жизни и его составляющие	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • что такое здоровый образ жизни; • факторы, влияющие на здоровье; • основные составляющие здорового образа жизни человека. 		
2 8	Инфекционные заболевания: их	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основные инфекци 		

	особенности и меры профилактики		онные болезни: классификация, механизмы передачи инфекции, меры медицинской помощи; <ul style="list-style-type: none"> • источники инфекционных заболеваний и факторы риска; • меры профилактики инфекционных заболеваний и иммунитет. 		
2 9	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1 час	<i>Вопросы:</i> <ul style="list-style-type: none"> • факторы риска основных неинфекционных заболеваний; • факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний; • меры профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. 		
3	Профилактики	1 час	<i>Вопросы:</i>		

0	<p>ка заболеваний, передающихся половым путем</p>		<ul style="list-style-type: none"> • факторы риска заболеваний, передающихся половым путем; • культура полового поведения юноши и девушки; • симптомы, последствия и меры профилактики и заболеваний, передающихся половым путем. 		
---	---	--	--	--	--

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (4 ч)

3 1	<p>Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • законы Российской Федерации и социальная ответственность граждан и специалистов по оказанию первой помощи при неотложных 		
--------	---	-------	---	--	--

			<p>Х состояниях ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • неотложные состояния , требующие оказания первой помощи; • мероприятия по оказанию первой помощи. 		
3 2	<p>Правила оказания первой помощи пострадавшим</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • понятие об асептике, антисептике, антибиотиках; • порядок и правила оказания первой помощи при травмах; • способы снижения остроты боли и противошоковые мероприятия. 		
3 3	<p>Первая помощь при</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • виды кровотечений, 		

	кровоотечениях, ранениях		их особенности; • особенности паренхиматоз ных кровоотечений; • способ ы оказани я первой помощ и при кровооте чениях.		
3 4	Первая помощь: сердечно- легочная реанимация Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	1 час	<i>Вопросы:</i> • при зна ки уш иба , рас тяж ени я свя зок , выв иха , пер ело ма; • первая я помо щь при ушиба		

			<p>х, растя жении связок , вывих ах; • первая помощь при перелома х и комбини рованной х травмах; • правила проведен ия сердечно - легочной реанима ции.</p>		
--	--	--	--	--	--

**Календарно-тематическое планирование по предмету
«основы безопасности жизнедеятельности»**

11 класс

№ п/ п	Название темы	Колич ество часов	Основные изучаемые вопросы темы	Дата проведен ия	
				По пла ну	По фак ту
Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (15 ч)					
<i>Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)</i>					
1	Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества; • образование и социальное воспитание — основы культуры безопасности жизнедеятельности; 	02 09	

			<ul style="list-style-type: none"> личная ответственность — условие повышения общей безопасности жизнедеятельности. 		
2	<p>Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> экологичность, биоэтичность, ориентиры и критерии развития науки и технологий; экологическая безопасность; биоэтика — комплексная оценка культуры безопасности жизнедеятельности объектов техносферы. 	09 09	
3	<p>Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> научные основы общей теории безопасности жизнедеятельности; 	16 09	

	ности человека в среде обитания		<ul style="list-style-type: none"> • основные объекты общей теории безопасности жизнедеятельности и научные подходы к их изучению; • закон сохранения жизни, энергии в системе «человек — среда обитания» и показатели благополучия и безопасности среды для человека. 		
4	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • виды и источники антропогенных опасностей, критерии безопасности ; • антропогенные, техногенные, социогенные проблемы; • система принципов и системный 	23 09	

			подход в обеспечении безопасности.		
5	Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • системный подход к проектированию систем управления безопасностью; • система принципов обеспечения безопасности, стратегия управления безопасностью жизнедеятельности; <p>эргономические и психологические основы проектирования систем безопасности.</p>	30 09	
<p>Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности (5 ч)</p>					
6	Обеспечение национальной безопасности России	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • национальная безопасность России 	07 10	

			<p>В современном мире;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стратегия национальной безопасности России. 		
7	<p>Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • взаимосвязь социально-экономического развития и национальной безопасности : Стратегия социально-экономического развития России; • социальная безопасность и меры ее обеспечения; • государственная безопасность и меры ее обеспечения. 	14 10	
8	<p>Меры государства по противодействию</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • роль государства в противодействии терроризму; 	21 10	

	военны м угрозам, экстрем изму, террори зму		ФСБ России; • Национальный антитеррорист ический комитет (НАК): задачи; • контртеррор истическая операция и взаимодейст вие властных структур государства.		
9	Защита населения и территорий в чрезвычайн ых ситуациях. Поисково- спасательна я служба МЧС России	1 час	<i>Вопросы:</i> • государственны е меры защиты населения и территорий: РСЧС; • деятельность «чрезвычайного министерства»; • профессиональ ные и моральные качества спасателей — специалистов поисково- спасательной службы МЧС России.	28 10	
1 0	Международное сотрудничество России	1 час	<i>Вопросы:</i> • документы международно	11 11	

	по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму		го права и внешняя политика России; <ul style="list-style-type: none"> • гуманитарная помощь и миротворческая помощь; • участие России в деятельности Организации Объединенных Наций (ООН). 		
--	---	--	--	--	--

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека (5 ч)

1 1	Экстремальные ситуации криминогенного характера	1 час	<i>Вопросы:</i> <ul style="list-style-type: none"> • хулиганство, грабеж, разбой, воровство, насилие, вандализм; • самооборона и меры предупреждения криминогенной опасности; • характеристика чрезвычайных ситуаций криминогенно 	18 11	
--------	---	-------	---	----------	--

			го характера и уголовная ответственность несовершеннолетних;		
1 2	Экстремизм, терроризм и безопасность человека	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • зоны повышенной криминогенной опасности в городе; толпа как скрытая опасность, меры спасения в толпе; • уголовная ответственность за совершение ряда преступлений; • меры безопасности человека и общества в криминогенной ситуации. 	25 11	
1 3	Наркотизм и безопасность человека	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • наркотизм как социальное зло, личная, общественная и государственная 	02 12	

			<p>ная проблема;</p> <ul style="list-style-type: none"> • наркотизм и меры безопасности 		
14	Дорожно-транспортная безопасность	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • культура безопасности дорожного движения; • роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения : федеральные целевые программы; • роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения. 	09 12	

1 5	Вынужденное автономное существование в природных условиях	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • причины и проблемы вынужденной автономии; • меры преодоления страха, стресса, правила выживания; • необходимые умения по обеспечению автономного существования в природной среде; подача сигналов бедствия. 	16 12	
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)					
Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)					
1 6	Основные задачи Вооруженных Сил	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • история армии: история побед и реформ; • основные задачи Вооруженных 	23 12	

			<p>Сил в мирное и военное время;</p> <ul style="list-style-type: none"> • другие войска, воинские формирования и органы. 		
1 7	<p>Правовые основы воинской обязанности</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • правовые основы воинской обязанности; • воинский учет граждан России: назначение и содержание; • военная служба по контракту; • Военная присяга: социальное и военное назначение. 		
1 8	<p>Правовые основы военной службы</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • федеральные законы и воинские уставы; • взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины; • права и свободы военнослужащих ; • увольнение с военной 		

			службы и запас Вооруженн ых Сил.		
1 9	Подготовк а граждан к военной службе: обязательн ая и доброволь ная	1 час	<i>Вопросы:</i> • обязательная подготовка граждан к военной службе; • добровольная подготовка граждан к военной службе; • военно-учетные специальности.		
2 0	Требован ия воинской деятельно сти к личности военносл ужащего	1 час	<i>Вопросы:</i> • виды воинской деятельности и воинские обязанности; • морально- психологичес кие требования к военнослужа щим; • общие и специальные обязанности военнослужащих .		
2 1	Особ еннос ти воен ной	1 час	<i>Вопросы:</i> • прохождение военной службы по призыву; • значение		

	службы по призыву и альтернативной гражданской службой		воинской дисциплины; <ul style="list-style-type: none"> • значение принципа единоначалия в армии; • альтернативная гражданская служба. 		
2 2	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира	1 час	<i>Вопросы:</i> <ul style="list-style-type: none"> • право войны и «горячие точки» в международной политике; • гуманитарная помощь и миротворческие операции России. 		
2 3	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом	1 час	<i>Вопросы:</i> <ul style="list-style-type: none"> • участие Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с 		

			<p>терроризм ом;</p> <ul style="list-style-type: none"> • роль руководител я в обеспечении успеха контртеррор истической операции; • особый правовой режим контртеррор истической операции. 		
2 4	Военные учения Вооружен ных Сил Российск ой Федераци и	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • военные учения; • военная стратегия и тактика. 		
2 5	Боевая слава российских воинов	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «викториальные дни» России; • Дни воинской славы Российской Федерации; • традиции памяти — духовная связь поколений. 		

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)					
Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 ч)					
2 6	Демографическая ситуация в России	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • демография и здоровье россиян: причины, проблемы, решения; • медицинское обеспечение населения России и культура здоровья. 		
2 7	Культура здорового образа жизни	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • компоненты культуры здорового образа жизни; • рациональная организация режима труда и отдыха; <p>принципы рациональности режима дня и биологические ритмы</p>		
2 8	Культура питания	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • что означает понятие «культура 		

			<p>питания»;</p> <ul style="list-style-type: none"> • главное правило рационального питания; • основные принципы рационального питания. 		
29	<p>Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • подходы к пониманию сущности репродуктивного здоровья; • биологическое и социальное взросление юноши и девушки ; • социальная обусловленность культуры в отношениях представителей противоположных полов. 		
30	<p>Вредные привычки</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <p>причины и</p>		

	<p>· Культура движения</p>		<p>последствия вредных привычек;</p> <ul style="list-style-type: none"> • двигательная активность и физическая культура — полезные привычки; • как связаны культура движения и здоровье. 		
--	--------------------------------	--	--	--	--

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях (5 ч)

3 1	<p>Медико-психологическая помощь</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • права и обязанности очевидцев происшествия по оказанию первой помощи; • психотравмирующие ситуации и первая психологическая помощь; <p>медицина катастроф и службы экстренной медицинской</p>		
--------	--------------------------------------	-------	---	--	--

			помощи.		
3 2	Первая помощь при ранениях	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • виды ран, их причины и особенности; • осложнения при ранениях: столбняк, сепсис, газовая гангрена; • первая помощь при ранениях: обработка ран и наложение повязок. 		
3 3	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • последствия радиации, взрывов, отравляющих веществ; • первая помощь при комбинированных травмах, электротравмах; • первая помощь при ожогах: термических, химических. 		

3 4	<p>Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии</p> <p>Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическим и веществами</p>	1 час	<p><i>Вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • юридическая ответственность и безопасность очевидцев дорожно-транспортного происшествия; • правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии; • первая помощь при отравлении алкоголем и его суррогатами; • первая помощь при отравлении лекарственным и препаратами; • первая помощь при 		

			отравлении наркотически ми веществами.		
--	--	--	---	--	--

Учебно- методические материалы и материально-техническое обеспечение:

1) Литература для учителя

Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

2) Литература для обучающихся

Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

3) Дополнительная литература для учителя

Безопасность на дорогах и на транспорте / М. В. Иашвили, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Гражданская защита: энциклопедический словарь С. К. Шойгу. — М.: ДЭКС-ПРЕСС.

Кисляков П. А., Петров С. В., Филанковский В. В. Социальная безопасность личности, общества, государства: учебное пособие. — М.: Русский журнал.

Криминальные опасности и защита от них: учебное пособие / Г. Г. Гумеров, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Общевойские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Эксмо.

Опасности техногенного характера и защита от них: учебное пособие / С. В. Петров, И. В. Омельченко, В. А. Макашѐв. — Новосибирск: АРТА.

Основы обороны государства и военной службы: учебное пособие / А. Д. Корощенко, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся 10—11 классов / А. А. Волокитин,

Н. Н. Грачев, В. А. Жильцов и др. — М.: Дрофа.

Петров С. В., Кисляков П. А. Информационная безопасность: учебное пособие. — М.: Русский журнал.

Селиванов И. П., Конорева И. А. Локальные конфликты в XX веке: геополитика, дипломатия, войны. 10—11 классы: учебное пособие. — М.: Дрофа.

Энциклопедия педагогической валеологии (основные медико-психологические, экологические, педагогические и специальные термины, определения, понятия) / под ред. проф. Г. Я. Рябинина

4) Дополнительная литература для обучающихся

Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справочник. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при террористических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Дурнев Р. А., Смирнов А. Т. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Соловьев С. С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Харьков Н. Г. Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 10—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Иашивили М. В., Петров С. В. Безопасность на дорогах и на транспорте: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

Хромов Н. И. Методика проведения практических занятий по основам военной службы. 10—11 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Петров С. В., Быструшкин С. К. Прикладная физическая подготовка и основы само-обороны: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щербаков В. А. Основы защиты от терроризма: учебное пособие. — М.: Дрофа.

Петров С. В., Петрова А. С. Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

5) Электронные средства обучения, ЦОР, медиаресурсы и т.п.

<http://edu.gov.ru> — официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации.

<http://minobrnauki.gov.ru> — Министерство науки и высшего образования Российской Федерации.

<http://mil.ru> — официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации.

www.mchs.gov.ru — официальный сайт МЧС России. <http://fcior.edu.ru/> — сайт Федерального центра информационно-образовательных ресурсов.

<http://www.garant.ru> — информационно-правовой портал

«ГАРАНТ».

<http://rosuchebnik.ru> — корпорация «Российский учеб-ник».

<http://www.ruor.org> — сайт Российского союза спасателей. <http://www.school-obz.org> — сайт журнала МЧС России

«Основы безопасности жизнедеятельности».

<http://school-collection.edu.ru> — Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов.

<http://rosolymp.ru> — информационный портал Всероссийской олимпиады школьников.

6) Материально-техническое обеспечение.

1. Аптечка первой медицинской помощи, шина, резиновый жгут, бинты. Автомат Калашникова (макет), противогаз ГП-5, магазин автомата Калашникова, учебные патроны.