

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 7»

Обсуждено  
на заседании ШМО

Протокол № 1 от 30.08.18г.

Руководитель Бердускина С.В.

Принято

на педагогическом совете

МБОУ «СОШ № 7»

Протокол № 1 от 31.08.18г.

Утверждено

Приказ № 260 от 31.08.18г.

Директор МБОУ «СОШ № 7»

Лямина А.В.



**ОБЖ**  
рабочая программа  
(10-11 класс)

Составитель:  
Языченко М.В.,  
учитель химии  
МБОУ «СОШ № 7»

Кемерово  
2018

## Содержание

Введение.....	3
Содержание программы .....	7
Учебно-тематический план .....	10

## **Введение**

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) (базовый уровень) составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего общего образования по ОБЖ (базового уровня), утверждённого приказом Минобрнауки России № 1089 от 5 марта 2004 г. (с изменениями и дополнениями).

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение **следующих целей:**

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

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

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Структурно программа состоит из 3 разделов.

### **I раздел «Государственная система обеспечения безопасности населения»**

#### **Основные положения концепции национальной безопасности РФ**

Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС – прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС 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 безопасно поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

## **II раздел «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)

## **III раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность»**

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Основы законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные силы РФ – основа обороны государства. История создания вооруженных сил. Виды вооруженных сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика РФ, традиции и ритуалы Вооруженных Сил.

Военно - профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации.

Программа рассчитана на 110 учебных часов (из них 40 часов – на учебные сборы).

Предлагаемая программа предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем: «Воинская обязанность»; «Военная служба – особый вид федеральной государственной службы»; «Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества»; «Военно-

профессиональная ориентация и подготовка специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации»; «Основы военной службы» (практические занятия на базе воинской части), которые являются необязательными для девушек. В это время с девушками организуются занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний по специальной программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», направленной на формирование понятий о нравственности, физическом, духовном и репродуктивном здоровье женщины; на подробное рассмотрение вопросов семейного права, роли женщины в современном обществе, социально-демографической обстановки в России, взаимосвязи здоровья женщины и здоровья нации.

#### **Требования к уровню подготовки выпускников.**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

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

## **Содержание программы**

### **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.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

**ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ** подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации.

**Учебно-тематический план**

**10 класс**

Дата	№ п\п	Тема урока, раздела	Практическая часть	Примечание
<b>Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения (15 часов).</b>				
<b>Глава 1. Обеспечение личной безопасности (4 часа)</b>				
1	1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии.		
2	2	Практическая подготовка к автономному существованию.		
3	3	Обеспечение личной безопасности на дорогах.		
4	4	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.		
<b>Глава 2. Личная безопасность в условия ЧС (3 часа)</b>				
5	1	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения. Рекомендации населению.		
6	2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения. Рекомендации населению.		
7	3	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера в Кемеровской области.		
<b>Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера (8ч)</b>				
8	1	Военная угроза национальной безопасности России.		
9	2	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.		
10	3	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ.		
11	4	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).		
12	5	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.		
13	6	Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности.		

14	7	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.		
15	8	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.		
<b>II раздел «Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности» (7 часов)</b> <b>Глава 4. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. (3ч)</b>				
16	1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки к военной службе и трудовой деятельности.		
17	2	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.		
18	3	Обобщающий урок №1 (тест)		
<b>Глава 5. ЗОЖ и его составляющие (4ч)</b>				
19	1	Здоровый образ жизни.		
20	2	Биологические ритмы.		
21	3	Значение двигательной активности и физической культуры.		
22	4	Вредные привычки, их влияния на здоровье. Профилактика вредных привычек. Тест.		
<b>III раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность» (13 часов)</b> <b>Глава 6. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (5ч)</b>				
23	1	Гражданская оборона. Основные виды оружия. Оповещение и информирование населения о ЧС.		
24	2	Инженерная защита населения от ЧС. Средства индивидуальной защиты.		
25	3	Обобщающий урок №2 (тест)		
26	4	Организация и проведение аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.		
27	5	Организация ГО в общеобразовательном учреждении.		

<b>Глава 7. Вооруженные силы РФ – защитники нашего отечества (8 ч)</b>				
28	1	История создания Вооруженных Сил РФ. Виды и рода войск ВСРФ.		
29	2	Функции и основные задачи современных ВСРФ. Войска и военные формирования.		
30	3	Памяти поколений – дни воинской славы России.		
31	4	Основа боевой готовности частей и подразделений.		
32	5	Боевое Знамя воинской части – символ воинской части, доблести и славы.		
33	6	Ордена – почетные награды за воинское отличие и заслуги в бою и военной службе.		
34	7	Ритуалы ВСРФ.		
35	8	Обобщающий урок №3 (тест)		

### 11 класс

Дата	№ п\п	Тема урока, раздела	Практическая часть	Примечание
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности.(17 часов)</b>				
<b>Глава 1.Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. (7ч)</b>				
1	1	Инструктаж по ТБ. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.		
2	2	Правила личной безопасности при пожаре.		
3	3	Обеспечение личной безопасности на водоемах.		
4	4	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.		
5	5	Национальный антитеррористический комитет, его структура и задачи.		
6	6	Контртеррористическая операция и условия ее проведения		
7	7	Участие Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом.		

<b>Глава 2. Основы здорового образа жизни.(3ч)</b>				
8	1	Правила личной гигиены и здоровья. Нравственность. Семья в современном обществе.		
9	2	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.		
10	3	СПИД и его профилактика Правила оказания первой помощи		Контрольная работа №1 (тест)
<b>Глава 3. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи (7 ч )</b>				
11	1	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.		
12	2	Первая медицинская помощи при ранениях		
13	3	Первая помощь при травмах опорно- двигательного аппарата.		
14	4	Первая помощь при черепно – мозговой травме.		
15	5	Первая помощь при травмах в области таза и позвоночника.		
16	6	Первая помощь при остановке сердца.		
17	7	Контрольный тест.		
<b>Раздел 2. Основы военной службы (18 часов)</b>				
<b>Глава 4. Вооруженные Силы РФ – основа обороны государства. (5ч)</b>				
18	1	Основные задачи современных Вооруженных Сил России.		
19	2	Международная миротворческая деятельность Вооруженных сил РФ. Особенности военной службы		
20	3	Боевое знамя воинской части- символ воинской чести.		
21	4	Ордена – почетные награды за воинское отличие и заслуги в бою и военной службе.		
22	5	Военная форма одежды и знаки различия.		Контрольная работа №2
<b>Глава 5. Воинская обязанность ( 4ч)</b>				
23	1	Основные понятия о воинской обязанности. Организация военного учета.		

24	2	Обязательная подготовка граждан к ВС. Добровольная подготовка граждан к ВС.		
25	3	Медицинское освидетельствование при постановке на воинский учет.		
26	4	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.		Контрольная работа №3 (тест)
<b>Глава 6. Особенности военной службы. (5ч)</b>				
27	1	Правовые основы военной службы.		
28	2	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы военной жизни.		
29	3	Военнослужащий – защитник, патриот Отечества.		
30	4	Военнослужащий – специалист, владеющий оружием и военной техникой.		
31	5	Требование воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально – психологическим качествам гражданина.		
<b>Глава 7. Прохождение военной службы. (4ч)</b>				
32	1	Порядок проведения воинских ритуалов.		
33	2	Прохождение военной службы по призыву.		
34	3	Прохождение военной службы по контракту.		
35	4	Альтернативная гражданская служба.		Контрольная работа №4 (тест)