

**Частное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа «Обнинский колледж» г.
Обнинска Калужской области**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
10-11 класс

в соответствии с ГОС (ФК)
уровень среднего общего образования

срок реализации 2 года

город Обнинск

На изучение курса ОБЖ планируется в 10 классе (35 часов), в 11 классах (34 часов)

Общая характеристика учебного предмета.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» включается в учебные планы из расчета 69 часов за два года обучения. Кроме того, во втором полугодии 10 класса по распоряжению Губернатора Калужской области А.Д.Артамонова проводятся учебные сборы для юношей (практические занятия) по основам военной службы. Продолжительность этих сборов — 5 дней (35 ч). Сборы, как правило, организуются и проводятся в апреле в школах г.Обнинска (кустовые объединения). Девушки 10-ых классов в это время занимаются изучением основ медицинских знаний.

В ходе сборов учащиеся изучают размещение и быт военнослужащих, организацию караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и медицинской подготовки, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. Во время сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Ц е л и.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной 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 обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; 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 ведения 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 ВЫПУСКНИКОВ

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 природного и техногенного характера;

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

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- 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 подготовленности призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности 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;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Содержание учебного курса

№ п/п	Название темы (раздела) - 10 класс	Кол-во часов	№ п/п	Название темы (раздела) – 11 класс	Кол-во часов
1	ЧС возникающие в повседневной жизни. Правила поведения человека в повседневной жизни. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ.	7	1	Основы здорового образа жизни. Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	6

2	Гражданская оборона. Современные средства пожаротушения. Организация инженерной защиты населения. Средства индивидуальной защиты. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.	10	2	Воинская обязанность. Основные сведения о воинской обязанности. Организация воинского учёта. Подготовка граждан к военной службе. Увольнение с военной службы.	15
3	Основы медицинских знаний. Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека. Основные инфекционные заболевания. Профилактика вредных привычек. Правила поведения при угрозе теракта.	6	3	Основы медицинских знаний. Здоровье и здоровый образ жизни. Первая реанимационная помощь в экстремальной ситуации. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при остановке дыхания.	4
4	Основы военной службы. Родина и ее национальная безопасность. Дни воинской славы. Дружба и войсковое товарищество. Размещение и быт военнослужащих. Организация караульной службы.	12	4	Основы военной службы. Военная служба по контракту. Организация обороны РФ.. военная служба – особый вид государственной службы. Профессиональный психологический отбор.	3

	Итого:	35	5	Военнослужащий – защитник отечества. Офицер Российской Армии. Военно – образовательные учреждения профессионального образования. Социальная защита военнослужащих.	6
				Итого:	34

Тематическое планирование уроков с основным содержанием в 10 классе

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная	Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения в

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
	ответственность несовершеннолетних	ситуациях криминогенного характера.
3	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	ЧС природного характера и возможные их последствия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера.
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	ЧС техногенного характера и возможные их последствия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера
5	Единая государственная система предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС)	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
6	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС
7	Правила поведения обучающихся на автомобильных и железных дорогах	Правила поведения обучающихся на автомобильных и железных дорогах
8	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО	Гражданская оборона—составная часть обороноспособности
9	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по	Основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение населения о ЧС

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
	защите населения	мирного и военного времени.
10	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение населения о ЧС мирного и военного времени.
11	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение населения о ЧС мирного и военного времени.
12	Оповещение и информирование населения о ЧС	<p>Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Организация ГО в общеобразовательном учреждении.</p>
13	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. . Средства индивидуальной защиты населения.
14	Средства индивидуальной защиты населения	Средства индивидуальной защиты населения.
15	Средства индивидуальной защиты населения	Средства индивидуальной защиты населения.
16	Организация проведения аварийно-	Организация ГО в общеобразовательном

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
	спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в школе	учреждении.
17	Контроль знаний (тестирование)	
18	Здоровый образ жизни и его составляющие	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.
19	Биологические ритмы и работоспособность человека	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека
20	Значение двигательной активности и закаливания	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.
21	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	Вредные привычки и их влияние на здоровье.
22	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	Вредные привычки и их влияние на здоровье.
23	Контроль знаний (тестирование)	
24	История создания Вооруженных Сил	История создания ВС Российской

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
	России	Федерации. Дни воинской славы России. Состав ВС РФ.
25	Организационная структура Вооруженных Сил	Руководство и управление ВС РФ.
26	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России	Сухопутные войска ,их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. ВВС их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС ВМФ их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФРВСН их состав и предназначение. Вооружение и военная техникаРВСН.
27	Другие войска, их состав и предназначение	Войска и воинские формирования не входящие в состав ВС РФ.
28	Патриотизм – основа героизма	Патриотизм и верность воинскому долгу --- качества защитника
29	Памяти поколений. Дни воинской славы России	Памяти поколений. Дни воинской славы России
30	Дружба, войсковое товарищество –	Дружба и войсковое товарищество-- основа

№ урока	Разделы, темы	Основное содержание
	основа боевой готовности	боевой готовности частей и подразделений.
31	Боевое знамя воинской части.	Боевое знамя воинской части.
32	Ордена — почетные награды за воинские отличия	Основные государственные награды
33	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации
34	Контроль знаний (тестирование)	
35	Повторение пройденных тем, обобщение	

Тематическое планирование с основным содержанием в 11 классе

№ п/п	Тема урока	Основное содержания

1	Войны в истории человечества и России.	Война как форма взаимоотношений народов и государств. Негативное влияние войны на судьбы народов и государств. Россия в мировом сообществе. Военные угрозы национальной безопасности России. Роль ВС в обеспечении национальной безопасности страны.
2	Военная служба – особый вид государственной военной службы.	Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Военные аспекты международного военного права. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» об исполнении обязанностей военной службы. Принципы военной службы. Отличие военной службы от других видов государственной службы
3	Организация обороны Российской Федерации.	Организация обороны Российской Федерации. Федеральный закон «Об обороне». Права и обязанности граждан РФ в области обороны
4	Основные сведения о воинской обязанности	Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе

5	Организация воинского учета и его предназначение	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету
6	Обязательная подготовка граждан к военной службе	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе
7	Добровольная подготовка граждан к военной службе	Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования
8	Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.	Организация и предназначение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психоло-гигиенического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей

9	Прохождение военной службы по призыву.	Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих
10	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ.	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
11	Военная присяга - клятва воина на верность Родине.	Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга
12	Размещение и быт военнослужащих.	Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас

13	Воинские звания военнослужащих.	Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды
14	Статус военнослужащего.	Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву
15	Прохождение военной службы по контракту.	Основные условия прохождения военной службы по контракту. 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. Прохождение службы военнослужащими-женщинами.
16	Альтернативная гражданская служба	Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой

17	Права и ответственность военнослужащих.	Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, ее сущность и значение. Уголовная ответственность за преступления против военной службы
18	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов
19	Военнослужащий - патриот.	Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить воинское звание защитника Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя России, народа и Отечества
20	Военнослужащий - специалист.	Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и военное мастерство. Быть готовым к грамотным профессиональным действиям в условиях

		<p>современного боя. Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему.</p>
21	Требования, предъявляемые к качествам призывника	<p>Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)</p>
22	Воинская дисциплина, её суть и значение.	<p>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 (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)</p>
23	Офицер Российской армии.	<p>Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования</p>

24	Миротворческая деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.	Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.
25	Правила личной гигиены и здоровье.	Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.
26	Нравственность и здоровье.	Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни. Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.
27	Заболевания, передаваемые половым путем. СПИД.	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИД. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.
28	Психологическое состояние человека и причины самоубийств.	Факторы риска, способные привести к суициду. Психологическая устойчивость - основа предупреждения суицида
29	Семья в современном обществе.	Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

30	Промежуточная аттестация	
31	Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, ранениях.	Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины возникновения. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.
32	Первая помощь при травмах.	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая помощь при черепно-мозговой травме. Первая помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника
33	Экстренная реанимационная помощь.	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.
34	Повторение тем курса	