

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 17» города Обнинска  
(МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска)**

**Рассмотрено**

на заседании ШМО  
учителей физической культуры, технологии,  
ОБЖ и эстетического цикла

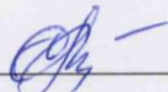
Протокол № 1  
от «30» августа 2022г.

Руководитель ШМО

 / Котова Е. В./

**Согласовано**

с зам. директора по УВР

 /Пенкина С. Е. /

«30» августа 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по учебному предмету  
«ОБЖ»  
для 10-11 классов**

г. Обнинск  
2022г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «ОБЖ» предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (с последующими изменениями);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 г. № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность»;
- Положение о рабочей программе МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска;
- Учебный план МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска на текущий учебный год;

Рабочая программа также составлена на основе: Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10–11 классы: учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М.: Вентана-Граф, 2019. — 105 с. — (Российский учебник). Рабочая программа опирается на материалы учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10—11 классов (авторы С. В. Ким, В. А. Горский) М.: Вентана-Граф, 2019. (Российский учебник).

Ключевая идея программы «Основы безопасности жизнедеятельности» — повышение индивидуальной компетентности и культуры безопасного поведения школьника, осознание ответственности за благополучие и безопасность общества. Культура безопасности жизнедеятельности — это совокупность образцов (моделей) мышления, поведения и деятельности личности безопасного типа вследствие соблюдения правил безопасности в разных сферах жизнедеятельности общества. Основу культуры безопасности жизнедеятельности составляет компетентность личности и общества, которая формируется в процессе целенаправленного обучения и самостоятельного опыта соблюдения правил безопасности. Компетентность проявляется в умении распознавать опасные ситуации и предотвращать их появление через соблюдение правил техники безопасности.

Воспитание и самовоспитание культуры безопасности жизнедеятельности проявляются через формирование ответственности, дисциплины, привычки к соблюдению правил безопасности; в развитии главных человеческих качеств: гуманности (человеколюбия), милосердия, взаимопомощи, терпимости (толерантности), любви и доброты по отношению к другим людям.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

- 1) информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития, учащихся средствами данного учебного предмета;
- 2) организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей, обучающихся старшего школьного возраста.

В структуру рабочей программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» включены следующие разделы:

1. Пояснительная записка.
  - 1.1 Цель реализации программы, задачи.
  - 1.2 Общая характеристика предмета.
  - 1.3 Место предмета в учебном плане.
  - 1.4 УМК.
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета.
  - 2.1 Личностные.
  - 2.2 Метапредметные (регулятивные, познавательные, коммуникативные).
  - 2.3 Предметные.
3. Содержание учебного предмета.
4. Тематическое планирование с указанием количества часов для каждой темы, проверочных и контрольных работ.
5. Приложение: календарно-тематическое планирование на текущий учебный год.

## 1.1 Цель реализации программы, задачи

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.

Достижение целей обеспечивается решением следующих **задач** в образовательном процессе:

- обучение учащихся стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности, обеспечивающее усвоение знаний о правах и обязанностях личности, общества и государства в области безопасности, о здоровом образе жизни, формирование умений предвидеть и распознать опасности, грамотно действовать, используя индивидуальные и коллективные средства защиты, оказывать первую помощь;

- воспитание чувства личной сопричастности и ответственности за обеспечение индивидуальной, общественной и государственной безопасности; чёткой правовой гражданской позиции по сохранению социального мира, по правовому поведению в социальных конфликтах; ценностного отношения к любой жизни, к своему здоровью, здоровью людей и среде обитания;

- развитие личных духовных и физических качеств: самодисциплины, самоконтроля, самооценки собственной культуры безопасного поведения и деятельности, обеспечивающих личную и общественную безопасность.

## 1.2 Общая характеристика предмета

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности». Программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» сформирована в форме и объеме, которая соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

В курсе ОБЖ для 10-11 классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. 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 в конце учебного года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней.

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 других нормативно-правовых актов.

### 1.3 Место предмета в учебном плане

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.

Учебный план МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска отводит в 10-11 классах на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 69 часов.

10 класс	11 класс
35 часов	34 часа

### 1.4 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.

- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Эксмо.

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

#### 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.

- Иашвили 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 самообороны: 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) Медиаресурсы в интернете:

- <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](http://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 учебник».

- <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 ФЭСТ, комплект по оказанию первой медицинской помощи, комплект противоожоговый, перевязочный комплект, носилки МСЧ, респиратор У-2К, противогаз ГП-7, костюм химической защиты (ОЗК), тренажер-манекен, КШТИ-1 «Медплант», макет учебный «Простейшие укрытия в разрезе».

2. Автомат Калашникова - 74 (учебный), ПМ (учебный), ЛТ-110ПМ, ЛТ-110АК, электронный тир.

3. Персональный компьютер, мультимедийная система.

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **2.1 Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

## 2.2 Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
  - умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
  - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
  - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
  - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
  - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
  - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач:
  - умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
  - формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
  - освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
  - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
  - применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;
- 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;
- Регулятивные:
- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью;

- владение навыками познавательной рефлексии для определения познавательных задач и средств их достижения;

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

### 2.3 Предметные результаты

Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
<b>10 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• характеризовать значение культуры безопасной жизнедеятельности личности и общества в современном мире;</li><li>• определять роль государства в обеспечении безопасности личности и общества;</li><li>• определять роль науки и образования в формировании культуры безопасной жизнедеятельности личности и общества;</li><li>• характеризовать значение и особенности научной теории безопасной жизнедеятельности;</li><li>• анализировать причины возникновения опасных и ЧС экологического характера;</li><li>• выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций экологического характера и их влияние на безопасной жизнедеятельности человека;</li><li>• характеризовать медико-биологические основы здоровья человека;</li><li>• характеризовать психические процессы и особые психические состояния человека;</li><li>• характеризовать и формулировать основное содержание федеральных законов и подзаконных актов по обеспечению безопасной жизнедеятельности;</li><li>• анализировать военные угрозы национальной безопасности РФ;</li><li>• характеризовать современный комплекс проблем безопасности социального характера;</li><li>• характеризовать федеральные законы РФ по защите населения от социальных угроз;</li><li>• определять основные принципы и направления противодействия терроризму, экстремизму, наркотизму;</li><li>• классифицировать чрезвычайные ситуации;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• формулировать личные понятия о безопасности жизнедеятельности;</li><li>• владеть экологическими основами безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li><li>• владеть медико-биологическими основами безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li><li>• владеть психологическими основами безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li><li>• анализировать военную политику РФ;</li><li>• анализировать военные угрозы национальной безопасности государства;</li><li>• вырабатывать нравственные качества и убеждения в противостоянии социальным угрозам;</li><li>• владеть практическими навыками поведения по сигналам оповещения ГО;</li><li>• усваивать приёмы безопасного поведения в</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать территориальные и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС;</li> <li>• определять предназначение и основные задачи ГО;</li> <li>• характеризовать структуру и органы управления ГО;</li> <li>• характеризовать основные виды мероприятий ГО по защите населения в ЧС мирного и военного времени;</li> <li>• характеризовать опасные природные явления и их последствия;</li> <li>• выделять поражающие факторы и определять особенности ЧС природного характера;</li> <li>• характеризовать ЧС техногенного характера и их последствия;</li> <li>• объяснять необходимость добровольного и обязательного страхования;</li> <li>• характеризовать ЧС на инженерных сооружениях и инструменты управления безопасностью;</li> <li>• характеризовать роль РСЧС и ГО в защите населения России от оружия массового поражения;</li> <li>• характеризовать виды оружия массового поражения и современные обычные средства поражения;</li> <li>• давать характеристику радиационной безопасности населения и территорий;</li> <li>• давать общую характеристику средствам коллективной защиты населения;</li> <li>• характеризовать биологические ЧС;</li> <li>• определять источники биолого-социальной и экологической опасности, причины экологического кризиса;</li> <li>• давать общую характеристику средствам индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;</li> <li>• характеризовать структуру и анализировать организационную основу ВС РФ;</li> <li>• определять главное предназначение и основные задачи ВС РФ;</li> <li>• давать краткую характеристику видам ВС РФ и родам войск;</li> <li>• характеризовать законодательную основу военной службы в ВС РФ;</li> </ul>	<p>зоне ЧС природного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• усваивать приёмы безопасного поведения в зоне ЧС техногенного характера;</li> <li>• усваивать общие правила действий в ЧС на химически опасных объектах;</li> <li>• усваивать общие рекомендации по безопасному поведению на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте;</li> <li>• усваивать рекомендации при угрозе радиационного заражения;</li> <li>• усваивать общие рекомендации при угрозе биологической и экологической опасности;</li> <li>• выделять характерные особенности убежищ и укрытий;</li> <li>• усваивать навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;</li> <li>• усваивать общие рекомендации и правила здорового образа жизни;</li> <li>• усваивать меры профилактики инфекционных заболеваний;</li> <li>• усваивать меры профилактики неинфекционных заболеваний;</li> </ul>
---	---



<ul style="list-style-type: none"> <li>• определять структуру и содержание воинской обязанности;</li> <li>• характеризовать законодательные основы социальной защиты военнослужащих, права и обязанности, виды поощрений и дисциплинарных взысканий;</li> <li>• характеризовать боевые традиции и порядок проведения наиболее важных ритуалов ВС РФ;</li> <li>• объяснять социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания;</li> <li>• определять сущность понятия «здоровый образ жизни»;</li> <li>• характеризовать факторы, влияющие на здоровье, и составляющие здорового образа жизни;</li> <li>• классифицировать основные инфекционные заболевания;</li> <li>• характеризовать источники инфекционных заболеваний и факторы риска;</li> <li>• характеризовать факторы риска основных неинфекционных заболеваний;</li> <li>• объяснять меры профилактики неинфекционных заболеваний и заболеваний, передающихся половым путём;</li> <li>• характеризовать законодательные документы в области оказания первой помощи при неотложных состояниях;</li> <li>• оценивать неотложные состояния, требующие оказания первой помощи;</li> <li>• определять виды кровотечений и владеть способами их остановки;</li> <li>• характеризовать признаки ушибов, растяжения связок, вывихов, переломов.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать последствия заболеваний, передающихся половым путём;</li> <li>• вырабатывать целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при травмах;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при разных видах кровотечения, ранениях;</li> <li>• усваивать практические навыки проведения сердечно-лёгочной реанимации;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.</li> </ul>
---	--

### 11 класс

<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания;</li> <li>• анализировать проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания;</li> <li>• классифицировать этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий;</li> <li>• анализировать общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li> <li>• анализировать основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• владеть психологическими, медико-биологическими, экологическими основами безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li> <li>• формулировать личные понятия о безопасности жизнедеятельности;</li> </ul>
---	--

- определять основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»;
- распознавать и анализировать особенности жизнедеятельности человека при автономном пребывании его в различных природных условиях;
- применять в реальных природных условиях различные способы ориентирования на местности;
- формировать личное убеждение в необходимости осознанно соблюдать правила дорожного движения в повседневной жизни;
- раскрывать содержание понятий о военной угрозе национальной безопасности России и о национальной обороне;
- различать характер современных войн и Вооруженных конфликтов;
- самостоятельно прорабатывать нормативно-правовые акты РФ в области безопасности и формировать основные права и обязанности граждан по обеспечению национальной безопасности России в современном мире;
- анализировать и уяснять основные направления организации защиты населения Российской Федерации от ЧС;
- обосновывать основное предназначение и решаемые задачи МЧС России;
- уяснить сущность терроризма и экстремизма как социального противоправного явления, представляющего серьёзную угрозу национальной безопасности России;
- выявлять и анализировать причины вовлечения молодежи в террористическую и экстремистскую деятельность;
- уяснить основное содержание и значение положений нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму;
- обосновывать и объяснять ключевую роль государства в противодействии терроризму и экстремизму и осуществлении защиты населения РФ от последствий террористической и экстремистской деятельности;
- формировать личные убеждения, качества и привычки, которые способствуют противодействию идеологии терроризма и экстремизма;
- формировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта для минимизации его последствий;
- формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии в подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе;

- самостоятельно разрабатывать и осуществлять однодневный выход на природу для отработки элементов ориентирования по местности;
- анализировать и обобщать причины дорожно-транспортных происшествий в районе проживания;
- самостоятельно подбирать материал и готовить занятие по теме: «Организационные основы по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций»;
- оформлять схему, отображающую структуру МЧС России, её функциональные и территориальные подсистемы;
- вырабатывать нравственные качества и убеждения в противодействии экстремизму, терроризму, наркотизму в Российской Федерации.
- анализировать и оценивать состояние личного здоровья в повседневной жизни, определять в какой мере оно обеспечивает эффективность жизнедеятельности и вносить определённые коррективы в образ жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- формировать умения в системе самоконтроля за своим здоровьем, умения планировать индивидуальную нагрузку

<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать индивидуальную систему здорового образа жизни и своевременно вносить в неё необходимые коррективы с учётом реальных жизненных обстоятельств;</li> <li>• вырабатывать привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены;</li> <li>• анализировать основные факторы риска, пагубно влияющие на здоровье, соблюдать меры по их профилактике;</li> <li>• формировать негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье;</li> <li>• формировать убеждение в ключевой роли благополучной семьи в обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства;</li> <li>• уяснить и разбираться в основах семейно-брачных отношений, принятых в Российской Федерации;</li> <li>• формировать умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах и неотложных состояниях;</li> <li>• последовательно выполнять приёмы оказания первой помощи в различных неотложных состояниях;</li> <li>• формировать умения в выполнении приёмов иммобилизации поврежденных частей тела и транспортировки пострадавшего;</li> <li>• формировать умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения;</li> <li>• усваивать порядок проведения сердечно-легочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких);</li> <li>• характеризовать современные Вооруженные Силы Российской Федерации как основу военной организации государства, пути их реорганизации и повышения боевых возможностей;</li> <li>• формировать чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов – защитников Отечества;</li> <li>• формировать духовные и физические качества, необходимые для успешного выполнения воинского долга по вооруженной защите Отечества;</li> <li>• формировать и объяснять общие понятия о воинской обязанности граждан РФ и о её предназначении;</li> <li>• классифицировать составляющие воинской обязанности и раскрывать их содержание;</li> <li>• уяснять свои права и обязанности в области воинского учёта и обязательной подготовке к военной службе.</li> </ul>	<p>на день и неделю с учётом биологических режимов и индивидуальных возможностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать положения Военной доктрины РФ для уяснения основных задач Вооружённых Сил и других войск в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и военное время;</li> <li>• анализировать федеральные законы и другие нормативно-правовые акты, в которых определены правовые основы прохождения военной службы и характеризовать федеральную систему подготовки граждан Российской Федерации к военной службе;</li> <li>• подбирать и анализировать информацию о правах и свободах военнослужащих, проходящих военную службу по призыву в Вооружённых Силах Российской Федерации;</li> <li>• подбирать и анализировать информацию о существующих в современном мире военных угрозах и военных опасностях РФ и характеризовать основные внутренние и внешние военные угрозы РФ;</li> <li>• анализировать соответствующие источники информации и характеризовать основные пути совершенствования допризывной подготовки и военно-</li> </ul>
--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• усваивать существующий порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, их быт и мероприятия, проводимые в войсках по сохранению и укреплению здоровья;</li> <li>• формировать знания о предназначении суточного наряда, об обязанностях дежурного и дневального по роте;</li> <li>• уяснить цели и предназначения караульной службы в войсках;</li> <li>• уяснять и обосновывать значение строевой подготовки в деле обучения и воспитания военнослужащих;</li> <li>• понимать и объяснять назначение и боевые свойства автомата Калашникова;</li> <li>• формировать умения в выполнении неполной разборки и сборки автомата;</li> <li>• анализировать и уяснять смысл нормативно-правовых актов РФ в области подготовки граждан к военной службе;</li> <li>• анализировать содержание общевоинских уставов Вооруженных Сил РФ и характеризовать их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего;</li> <li>• уяснять и характеризовать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения;</li> <li>• уяснять и осознанно выполнять все мероприятия, связанные с призывом на военную службу;</li> <li>• характеризовать особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для прохождения военной службы по контракту;</li> <li>• уяснять и обоснованно излагать нормативно-правовые основы и порядок прохождения альтернативной гражданской службы.</li> </ul>	<p>патриотического воспитания граждан РФ в целях развития военной организации государства;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам.</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при ранениях;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии;</li> <li>• усваивать практические навыки оказания первой помощи при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.</li> </ul>
---	---

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 класса включает следующие содержательные разделы (темы):**

**Раздел 1.** Основы безопасности личности, общества, государства.

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания:

1. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.
2. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.
3. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

4. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
  5. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
- Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства:
6. Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.
  7. Защита национальной безопасности государства от военных угроз.
  8. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.
  9. Противодействие экстремизму.
  10. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.
- Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях:
11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
  12. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.
  13. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.
  14. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
  15. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.
- Раздел 2. Военная безопасность государства.**
- Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность:
16. Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.
  17. Защита населения и территорий от радиационной опасности.
  18. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.
  19. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.
  20. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
- Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз:
21. Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.
  22. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.
  23. Военная обязанность и военная служба.
  24. Права и обязанности военнослужащих.
  25. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**
- Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания:
26. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.
  27. Здоровый образ жизни и его составляющие.
  28. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.
  29. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.
  30. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.
- Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях:
31. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.
  32. Правила оказания первой помощи при травмах.
  33. Первая помощь при кровотечениях, ранениях.
  34. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.
  35. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

**Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 11 класса  
включает следующие содержательные разделы (темы):**

- Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства.**
- Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания:

1. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.
2. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.
3. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
4. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.
5. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности:

6. Обеспечение национальной безопасности России.
7. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.
8. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.
9. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.
10. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека:

11. Экстремальные ситуации криминогенного характера.
12. Экстремизм, терроризм и безопасность человека.
13. Наркотизм и безопасность человека.
14. Дорожно-транспортная безопасность.
15. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

**Раздел 2. Военная безопасность государства.**

Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз:

16. Основные задачи Вооруженных Сил.
17. Правовые основы воинской обязанности.
18. Правовые основы военной службы.
19. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.
20. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии:

21. Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.
22. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.
23. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.
24. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации.
25. Боевая слава российских воинов.

**Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Глава 6. Основы здорового образа жизни:

26. Демографическая ситуация в России.
27. Культура здорового образа жизни.
28. Культура питания.
29. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.
30. Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях:

31. Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях.
32. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.
33. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.
34. Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

## Приложение 1. Организация учебных сборов по начальной военной подготовке.

Программное планирование учебных сборов по ОБЖ (35 ч.):

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			2
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					1
	Итого	7	7	7	7	7	35

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Согласно учебному плану МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска в 10 классе на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» выделяется 35 часов (из расчета 1 час в неделю)

Наименование разделов	Количество часов (всего)	Практические работы	Контрольные работы
Основы безопасности личности, общества, государства	15	1	1
Военная безопасность государства	10	1	1
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10	1	1
Итого	35		

Согласно учебному плану МБОУ «СОШ № 17» г. Обнинска в 11 классе на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» выделяется 34 часа (из расчета 1 час в неделю)

Наименование разделов	Количество часов (всего)	Практические работы	Контрольные работы
Основы комплексной безопасности личности, общества, государства	15	1	1
Военная безопасность государства	10	1	1
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	9	1	1
Итого	34		