

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с.Узюково
м.р.Ставропольский Самарской области

СОГЛАСОВАНО

на педагогическом совете
протокол №9 от 28.08.2023 г

УТВЕРЖДАЮ

пр.№87-од от 28.08.2023г
Директор ГБОУ СОШ
с.Узюково Т.Ю.Безьянова

**Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности
10-11 классы
ФГОС СОО**

на 2023-2024 учебный год

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты
3. Содержание
4. Тематическое планирование

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
- Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 г. № 413 (ред. От 29.06.2017) «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».
- Примерная Основная образовательная программа среднего общего образования. Одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28. 06.2016 г. № 2/16-з).
- Основной образовательной программой среднего общего образования ГБОУ СОШ с.Узюково
- Положения о рабочей программе учебного предмета, курса ГБОУ СОШ с.Узюково
- Авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. А. Маслов, В. А. Васнев.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю).

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.

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.

Планируемые результаты

Личностными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; 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;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно 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;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

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

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.
- б. В сфере физической культуры:
- формирование установки на здоровый образ жизни;
 - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Содержание

10 класс

Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня. Возможные ситуации при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и т.д.

Уголовная ответственность несовершеннолетних: Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера: Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания ЧС природного и техногенного характера. Правила безопасного поведения при угрозе теракта, при захвате в качестве заложника.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи: РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС

Законы и другие нормативные акты РФ по обеспечению безопасности. Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны: ГО, история ее создания предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления ГО. Структура управления и органы управления ГО.

Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения: Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по назначению и по воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени: Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о ЧС, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о ЧС.

Организация индивидуальной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты: Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики .

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательном учреждении: Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Отработка правил. План ГО образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни . Влияние биологических ритмов на здоровье человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек: Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний.

Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний. ЗОЖ — индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности, необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закалывания, необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

История создания Вооруженных сил России:

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV — XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных сил, их структура и предназначение. Вооруженные силы РФ, основные предпосылки проведения военной реформы. Организационная структура Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил РФ, рода войск Вооруженных сил РФ. РВСН, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение. Рода войск, входящие в сухопутные войска. ВВС, история их создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. ВМФ, история создания, предназначение. Вооруженные силы РФ — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными силами. Реформа Вооруженных сил России, ее этапы и основное содержание. Пограничные войска ФСБ РФ, внутренние войска МВД, войска ГО, их состав и предназначение. Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врага — основное содержание

патриотизма. Воинский долг — Обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

11 класс

Основы здорового образа жизни

Основы комплексной безопасности. **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.** Пожарная безопасность. Безопасность на дорогах. Безопасность в быту. Безопасность на водоемах. Экология и безопасность. Опасные ситуации социального характера.

Модуль 2. Здоровый образ жизни и оказание первой медицинской помощи

Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Правовые аспекты взаимоотношения полов. Семья в современном обществе.

Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь и правила ее оказания.

Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях.

Воинская обязанность.

Обязанности граждан по защите государства; о воинской обязанности. Использование полученных знаний для осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Организация воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету. Использование полученных знаний для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Использование приобретенных знаний для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Использование приобретенных знаний для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

Организация медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учет. Использование полученных знаний при

первоначальной постановке на воинский учет. Основа военной службы. Основные права и обязанности во время пребывания в запасе. Использование полученных знаний для осознанного самоопределения по отношению к военной службе

Особенности военной службы

Основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан. Использование полученных знаний для осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевоинских уставов Вооруженных Сил. Использование приобретенных знаний для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Традициях ВС РФ. Использование приобретенных знаний для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Осуществление осознанного самоопределения по отношению к военной службе. 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.

Использование приобретенных знаний для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Навыки осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; оценки уровня своей подготовленности к ней. Общие права и обязанности военнослужащих; виды ответственности, установленной для военнослужащих, значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат и матросов; об уголовной ответственности за преступления против военной службы. Навыки оценки уровня своей подготовленности и осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Особенности прохождения альтернативной гражданской службы. Навыки оценки уровня своей подготовленности к военной службе

Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство ВС. Основные качества военнослужащего.

Оценка уровня подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Использование приобретенных знаний для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Основные качества военнослужащего.

Использование приобретенных знаний для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Основные виды военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника. Оценивание уровня своей подготовленности к военной службе;

использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Основные виды военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника. Оценивание уровня своей подготовленности к военной службе;

использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. Принципы единоначалия в Вооруженных Силах РФ; требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника. Использование приобретенных знаний для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы. Основные виды военных образовательных

учреждений профессионального образования; правила приема в военные образовательные учреждения. Осуществление осознанного самоопределения по отношению к военной службе. Миротворческая деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Осуществление осознанного самоопределения по отношению к военной службе.

Тематическое планирование 10 класс

№ урока	Наименование разделов и тем уроков	Всего часов
Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения		
1	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования.	1
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1
Раздел ПЧС в военное и мирное время.		
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	1
6	Законы и другие нормативные акты РФ по обеспечению безопасности	1
7	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
8	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1

9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1
10	Организация индивидуальной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1
11	Средства индивидуальной защиты.	1
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ работ в зоне ЧС.	1
13	Организация ГО в общеобразовательном учреждении	1
Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		
14	Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1
15	Инфекционные заболевания, их классификация	1
16	Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1
17	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье.	1
18	Основные составляющие здорового образа жизни.	1
19	Биологические ритмы	1
20	Влияние биологических ритмов на здоровье человека	1
21	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье	1

23	Профилактика вредных привычек	1
Раздел IV Вооружённые силы РФ и их история.		
24	История создания Вооруженных сил России	1
25	История создания Вооруженных сил России	1
26	Организационная структура Вооруженных сил России	1
27	Виды Вооруженных сил, рода войск. История их создания и предназначение	1
28	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил	1
29	Другие войска, их состав и предназначение.	1
30	Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества.	1
31	Памяти поколений — дни воинской славы России.	1
32	Дружба, войсковое товарищество — основы боевой готовности частей и подразделений	1
33	Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы	1
34	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе Ритуалы ВС РФ	1
	Итого	34

11 класс

№ урока	Наименование разделов и тем уроков	Всего часов
Раздел I. Основы здорового образа жизни		
1	Правила личной гигиены и здоровья.	1
2	Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе.	1
3	Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.	1
4	СПИД и его профилактика	1
5	Контроль знаний (тестирование)	1
Раздел II. Основы медицинских знаний		
6	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
7	Первая медицинская помощь при ранениях	1
8	Первая медицинская помощь при травмах	1
9	Первая медицинская помощь при травмах	1
10	Первая медицинская помощь при травмах.	1
11	Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1
12	Контроль знаний	1
Раздел III. Военная обязанность		
13	Основные понятия о военной обязанности	1
14	Организация воинского учета и его предназначение	1

15	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
16	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
17	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.	1
18	Увольнение с военной службы и пребывания в запасе.	1
19	Контроль знаний.	1
Раздел IV. Особенности военной службы		
20	Правовые основы военной службы	1
21	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ— законы воинской жизни	1
22	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России	1
23	Прохождение военной службы по призыву	1
24	Прохождение военной службы по контракту	1
25	Права и ответственность военнослужащих	1
26	Альтернативная гражданская служба	1
27	Контроль знаний (тестирование)	1
Раздел V. Военнослужащий - защитник отечества		
28	Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1
29	Военнослужащий - специалист в совершенстве владеющий оружием и военной тактикой.	1
30	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.	1
31	Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	1
32	Как стать офицером Российской Армии	1

33	Международная (миротворческая) деятельность вооруженных сил РФ	1
34	Контроль знаний	1
	Итого	34