

## Пояснительная записка

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказ от 9 марта 2004 г. N 1312 об утверждении Федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования с изменениями (в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 20.08.2008 N 241, от 30.08.2010 N 889, от 03.06.2011 N 1994, от 01.02.2012 N 74)
- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Средняя школа № 4»

Программа для 11-х классов предназначена для углубленного изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащихся с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

Изучение «Основ безопасности жизнедеятельности» в 11 -х классах предусмотрено Федеральным базисным учебным планом для общеобразовательных учреждений Российской Федерации в объеме 34 ч (из расчета по 1 ч в неделю).

Программа выстроена по двум логически взаимосвязанным модулям и двум входящим в них разделам:

### **Модуль I (М-1). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

*Раздел I. Основы здорового образа жизни*

### **Модуль II Обеспечение военной безопасности государства**

*Раздел II. Основы военной службы.*

В 11-м классе изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается промежуточной аттестацией. При этом раздел I. изучается учащимися (юношами и девушками) совместно.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 11 классе направлено на достижение следующих целей:

- воспитание у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- 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 мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;
- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

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

Раздел I «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из четырех тем.

Раздел II «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из семи тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

#### **- методы и формы обучения:**

- Для организации познавательной деятельности учащихся на уроках ОБЖ целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения. *Перцептивные:* (словесные, наглядные, практические) рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.
- *Логические:* (индуктивные и дедуктивные) логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситуации).
- *Гностический:* объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский. (Реферат. Доклад. Проектное задание)
- *Кибернетический:* управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью.
- *Контроля и самоконтроля* (устный, письменный).
- *Стимулирования и мотивации.*
- *Самостоятельной учебной деятельности.*
- *Фронтальная форма* обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний учениками.
- *Групповая форма* обеспечивает учёт дифференцированных запросов учащихся.
- *Индивидуальная работа* в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого ученика.

| Проверочные работы по курсу ОБЖ - 11 класс |  |                                   |              |             |
|--|--|-----------------------------------|--------------|-------------|
| № п/п                                      | Тема проверочной работы  | Форма проведения                  | Время работы | № урока п/п |
| 1  | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                     | Тестирование                      | 20 мин.      | 10          |
| 2  | Воинская обязанность   | Тестирование                      | 20 мин.      | 17          |
| 3  | Особенности военной службы   | Тестирование                      | 20 мин.      | 25          |
| 4  | Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи | Тестирование, практическая работа | 40 мин.      | 33          |
| 5  | Обобщение по курсу «ОБЖ»   | Тестирование                      | 40 мин.      | 35          |

| Практические работы по курсу ОБЖ - 11 класс |  |                  |              |             |
|---|--|------------------|--------------|-------------|
| № п/п                                       | Тема практической работы   | Место проведения | Время работы | № урока п/п |
| 1   | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте                  | класс            | 15 мин.      | 6           |
| 2   | Первая медицинская помощь при ранах  | класс            | 15 мин.      | 7           |
| 3   | Первая медицинская помощь при травмах  | класс            | 15 мин.      | 8           |
| 4   | Первая медицинская помощь при остановке сердца   | класс            | 15 мин.      | 9           |
| 5   | Обобщение по теме «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи» | класс            | 30 мин.      | 33          |

## 2. Учебно-тематический план

| № модуля, раздела, темы | Наименование модулей, разделов, тем  | Кол-во часов |
|-------------------------|--|--------------|
| <b>М-I</b>              | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>                                    | <b>17</b>    |
| <b>Р-I</b>              | <b>Основы здорового образа жизни</b>   | <b>17</b>    |
| Тема 1                  | Основы здорового образа жизни  | 7            |
| Тема 2                  | Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи                       | 10           |
|                         | <b>Итоговое задание</b>  |              |
| <b>М-II</b>             | <b>Обеспечение военной безопасности государства</b>  |              |
| <b>Р-II</b>             | <b>Основы военной службы</b>   | <b>17</b>    |
| Тема 3                  | Воинская обязанность   | 7            |
| Тема 4                  | Особенности военной службы   | 6            |
| Тема 5                  | Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России | 3            |
| Тема 6                  | Символы воинской чести   | 1            |
|                         | <b>Всего часов</b>   | <b>34</b>    |

## 3. Содержание учебного предмета

| № п/п | Наименование раздела   | Количество часов | Содержание  | Основные виды учебной деятельности ученика (на уровне учебных действий)   |
|-------|--|------------------|---|---|
| 1.    | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни   | 17               | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи   | Знать об основных принципах профилактики инфекционных заболеваний;<br>Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;<br>Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье;<br>Знать о путях заражения ВИЧ-инфекции;<br>Знать виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки;<br>Знать правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности и инсульте;<br>Знать об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП. |
| 2.    | Обеспечение военной безопасности государства<br>Основы военной службы<br>предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из |                  | семи тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах | Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества. Предлагаемая программа  |

предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем Воинская обязанность, Особенности военной службы, Военнослужащий — защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил, Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части). Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; Владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе;

Знать о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим профессиональным качествам гражданина; Уметь:  
- отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;  
- использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы;  
Иметь представление о символах воинской чести;  
Знать о категориях годности к военной службе;

Знать об общих, должных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных сил Российской Федерации; Знать 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; Знать права и обязанности военнослужащих; виды ответственности, установленной для военнослужащих, о значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
|  |  |  |  | взысканий, налагаемых на солдат и матросов; об уголовной ответственности за преступление против военной службы; Знать об основных видах военных образовательных учреждениях профессионального образования; правила приема в военные образовательные учреждения. |
|--|--|--|--|---|

#### 4. Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе

По окончании 11 класса учащиеся должны знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- 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;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- 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 по контракту) и альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые к уровню подготовленности призывников;
  - основные виды воинской деятельности;
  - строи отделения и порядок управления ими;
  - назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
  - правила ухода за автоматом, порядок его хранения и сбережения;
  - правила подготовки автомата к стрельбе;
  - приемы и правила стрельбы из автомата;
  - основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;
- основные способы передвижения солдата в бою;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации; боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;
- общую организацию подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебных стрельб;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих;

#### уметь:

- применять основные способы 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.
  - выполнять строевые приемы на месте и в движении;
  - производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
  - вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
  - ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
  - пользоваться индивидуальными средствами защиты;
  - использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
  - выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**  
ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;  
вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;  
формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования

## 5. Перечень учебно-методического обеспечения

Для обучения используется учебно-методический комплект, который включает в себя:

### Учебник

1. Смирнов А.Т., Хренников В.О., под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для обучающихся 10 класса. - М., «Просвещение», 2017.

### Дополнительную литературу

1. Микрюков, В.Ю. Основы военной службы: учебник-М.: Форум, 2017.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т., Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
3. Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
4. Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;

### Периодические издания

1. Детская энциклопедия. Журнал (Приложения: «Будь здоров», «Герои мирных дней», «01», «Помоги себе и другим», «Главный закон нашей жизни» и др.)
2. Здоровье школьника. Все о детях от 5 до 17 лет. (журнал).
3. Опасный возраст (газета).