
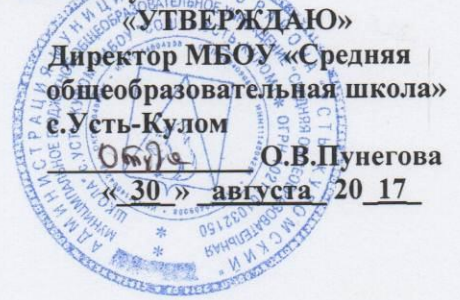


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» с.Усть-Кулом 02-27

«Рекомендовано к утверждению  
директором школы»  
Председатель методического совета

  
Л.И.Стрельникова  
« 28 » августа 20 17



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
«Основы безопасности  
жизнедеятельности»**

**СРЕДНЕЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

Срок реализации программы 2 ГОДА

Программу составил (а) Попов Н.И.

с.Усть-Кулом  
2017 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10, 11 класса Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа» с. Усть-Кулом составлена на основе примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности для базового уровня, соответствующей федеральному компоненту государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10,11-х классах направлено на достижение следующих **целей**:

- воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей 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 в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа 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: оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Рабочая программа рассчитана на 35 учебных часов в год по 1 часу в неделю.

Реализация рабочей программы осуществляется с использованием учебно-методического комплекта А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина, который включает учебник для учащихся, книгу для учителя.

Тематическое планирование полностью соответствует содержанию программы. Рабочая программа курса ОБЖ для 10, 11 класса рассчитана на 35 учебных часа в год по 1 часу в неделю, плюс 40 часов пятидневные учебные сборы с юношами 10 классов.

# СОДЕРЖАНИЕ

## 10 класс

### **СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. *Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем<sup>1</sup>.*

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

### **ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

*Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.*

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

---

## **ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ**

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

Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства. *История создания Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск.*

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

Общие обязанности и права военнослужащих.

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

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

*Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.*

### **11 класс**

## **СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. *Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем<sup>2</sup>.*

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

## **ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

*Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.*

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от

---

чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

## **ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ**

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

Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства. *История создания Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск.*

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

Общие обязанности и права военнослужащих.

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

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

*Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации*

## Тематический план 10 класс

| №        | Раздел  | Тема  | Кол-во часов | Примечание |
|----------|---|---|--------------|------------|
| <b>1</b> | <b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (12ч.)</b> |   | <b>12</b>    |            |
|          |   | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.  | 1            |            |
|          |   | Уголовная ответственность несовершеннолетних.   | 1            |            |
|          |   | Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера                          | 1            |            |
|          |   | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. | 1            |            |
|          |   | Законы Российской Федерации по обеспечению безопасности..   | 1            |            |
|          |   | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны                                 | 1            |            |
|          |   | Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.                        | 1            |            |
|          |   | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС ситуациях военного и                      | 1            |            |

|          |   |   |           |  |
|----------|---|---|-----------|--|
|          |   | мирного времени.  |           |  |
|          |   | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС мирного и военного времени.   | 1         |  |
|          |   | Средства индивидуальной защиты населения.   | 1         |  |
|          |   | Организация и проведение аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.   | 1         |  |
|          |   | Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении  | 1         |  |
| <b>2</b> | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч.)</b> |   | <b>10</b> |  |
|          |   | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть возраста подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. | 1         |  |
|          |   | Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика  | 2         |  |
|          |   | Здоровый образ жизни и его составляющие   | 2         |  |
|          |   | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека  | 2         |  |
|          |   | Значение двигательной активности и физической   | 1         |  |

|          |   |  |           |  |
|----------|---|--|-----------|--|
|          |   | культуры для здоровья человека   |           |  |
|          |   | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек  | 2         |  |
| <b>3</b> | <b>Основы обороны государства (13 ч.)</b> |  | <b>13</b> |  |
|          |   | История создания Вооруженных сил Российской Федерации  | 1         |  |
|          |   | Организационная структура Вооружённых Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение | 2         |  |
|          |   | Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны.          | 2         |  |
|          |   | Войска и военные формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил РФ   | 1         |  |
|          |   | Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества   | 1         |  |
|          |   | Памяти поколений – дни воинской славы России   | 1         |  |
|          |   | Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений  | 1         |  |
|          |   | Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.   | 1         |  |



|  |  |  |   |  |
|--|--|--|---|--|
|  |  | Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе | 1 |  |
|  |  | Ритуалы Вооруженных сил РФ   | 1 |  |
|  |  | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова                              | 1 |  |
|  |  | Промежуточная аттестация   | 1 |  |

### Тематический план 11 класс

| №        | Раздел   | Тема   | Кол-во часов | Примечание |
|----------|--|--|--------------|------------|
| <b>1</b> | <b>Основы комплексной безопасности</b>           |  | <b>5</b>     |            |
|          |  | Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан области пожарной безопасности | <b>1</b>     |            |
|          |  | Правила личной безопасности при пожаре   | <b>2</b>     |            |
|          |  | Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года               | <b>1</b>     |            |
|          |  | Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях                     | <b>1</b>     |            |
| <b>2</b> | <b>Защита населения от чрезвычайных ситуаций</b> |  | <b>5</b>     |            |
|          |  | Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом                                    | <b>1</b>     |            |
|          |  | Контртеррористическая операция и условия   | <b>1</b>     |            |

|          |   |   |          |  |
|----------|---|---|----------|--|
|          |   | ее проведения   |          |  |
|          |   | Правила поведения при угрозе террористического акта                       | <b>2</b> |  |
|          |   | Государственная политика противодействия наркотизму                       | <b>1</b> |  |
| <b>3</b> | <b>Основы здорового образа жизни</b>                                  |   | <b>5</b> |  |
|          |   | Правила личной гигиены  | <b>1</b> |  |
|          |   | Нравственность и здоровье   | <b>1</b> |  |
|          |   | Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики                | <b>1</b> |  |
|          |   | Понятие о Вич-инфекции и СПИД-е. Меры профилактики ВИЧ-инфекции           | <b>1</b> |  |
|          |   | Семья в современном обществе. Законодательство и семья                    | <b>1</b> |  |
| <b>4</b> | <b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b> |   | <b>9</b> |  |
|          |   | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте | <b>1</b> |  |
|          |   | Первая медицинская помощь при ранениях                                    | <b>1</b> |  |
|          |   | Основные правила оказания первой  | <b>1</b> |  |

|          |                                   |  |          |  |
|----------|-----------------------------------|--|----------|--|
|          |                                   | медицинской помощи   |          |  |
|          |                                   | Правила остановки артериального кровотечения   | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Способы иммобилизации и переноски пострадавшего  | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата                        | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота         | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины  | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Первая медицинская помощь при остановке сердца   | <b>1</b> |  |
| <b>5</b> | <b>Основы обороны государства</b> |  | <b>4</b> |  |
|          |                                   | Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета                       | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету | <b>1</b> |  |
|          |                                   | Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная                             | <b>1</b> |  |

|          |                              |   |          |  |
|----------|------------------------------|---|----------|--|
|          |                              | подготовка граждан к военной службе                                     |          |  |
|          |                              | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Военная форма одежды | <b>1</b> |  |
| <b>6</b> | <b>Основы военной службы</b> |   | <b>5</b> |  |
|          |                              | Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего                  | <b>1</b> |  |
|          |                              | Общевоинские уставы   | <b>2</b> |  |
|          |                              | Основные виды и особенности воинской деятельности.                      | <b>1</b> |  |
|          |                              | Основные обязанности военнослужащих                                     | <b>1</b> |  |
|          |                              | Промежуточная аттестация  | <b>1</b> |  |

### **Требования к уровню подготовки учащихся 10 класса**

В результате изучения учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе ученик должен:

**Знать :**

- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- предназначение и задачи РСЧС;
- предназначение и задачи гражданской обороны, организацию гражданской обороны в учебном заведении.

**Уметь:**

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;

- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание Всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который необходимо взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования индивидуальных средств защиты;

Приобретённые знания и умения учащиеся должны **использовать** в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
- соблюдение мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки себя к профессиональной деятельности.

### **Требования к уровню подготовки учащихся 11 класса**

В результате изучения учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 11 классе ученик должен:

#### **Знать:**

- основы Российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основы Российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, по контракту и альтернативной гражданской службы;
- правовые основы прохождения военной службы по призыву;

### **Уметь:**

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, острой сердечной недостаточности и остановке сердца.

Приобретённые знания и умения учащиеся должны **использовать** в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- подготовки себя к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ**

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

### **знать/понимать**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

### **уметь**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
  - оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**
- ведения здорового образа жизни;
  - оказания первой медицинской помощи;
  - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
  - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.
  - понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

### **Нормы оценок письменных и устных ответов учащихся**

Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

«2» - менее 25% правильных ответов.

«3» - от 25% до 50% правильных ответов.

«4» - от 50% до 75% правильных ответов.

«5» - от 75% и более правильных ответов.

**Оценка "5"** выставляется, если ответ:

полный, содержание материала раскрыто в объеме программы и отличается самостоятельностью суждений обучающихся, использованы ранее приобретенные знания (на уроках ОБЖ и других предметах), а также знания из личного опыта и опыта других людей; ответ построен логично, грамотно и последовательно с использованием общенаучных приемов (анализа, сравнения, сопоставления, обобщения и выводов); четко даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

**Оценка "4"** выставляется, если:

раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно, грамотно в речевом отношении; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; встречаются 1-2 неточности в ответе, определение понятий неполное, допускаются незначительные нарушения последовательности, искажение научного термина (в выводах и обобщениях).

**Оценка "3"** выставляется, если:

усвоено основное содержание предмета ОБЖ, но изложение фрагментарное, не всегда последовательное; определения понятий даны недостаточно четко; не используются в качестве доказательства выводы и обобщения, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя; допускаются ошибки и неточности в использовании научной терминологии.

**Оценка "2"** выставляется, если:

не раскрыто основное содержание учебного материала; не даны ответы на вспомогательные вопросы; допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии.

МБОУ «СОШ» с. Усть-Кулом