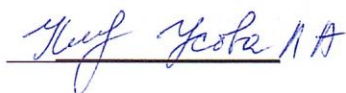


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Краснощёковская средняя общеобразовательная школа № 1»  
Краснощёковского района Алтайского края

«Принято»  
на заседании МО  
Протокол № 1  
от « 19 » 08 2021

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР



«Утверждаю»

Директор МБОУ  
«Краснощёковская СОШ №1»  
(М.П. Мозговая)

Приказ № 115 от « 19 » 08 2021



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета: Основы безопасности жизнедеятельности  
10-11 класс среднего общего образования  
Срок реализации программы: 2021-2022 учебный год

Разработчик:

МО учителей физической культуры, искусства, технологии

Ведущий разработчик:

Рутенберг Сергей Александрович

учитель физической культуры и ОБЖ  
высшей квалификационной категории

Допущено к использованию учителями, использующими  
соответствующий УМК

с. Краснощёково  
2021

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 класса ( автор С.В. Ким.) составлена на основании основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Краснощёковская СОШ №1», авторской программы С.В. Ким. (программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень : рабочая программа. 10–11 классы : учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2019.), в соответствии с годовым календарным учебным графиком и учебным планом на 2021-2022 учебный год. Количество часов, отводимых на изучение учебного предмета-1 час в неделю, всего 35 часов по авторской программе . по рабочей программе 35 часов. В связи с учебным графиком в 11 классе тематическое планирование рассчитано на 34 часа.

### Распределение количества часов

10 класс

	Количество часов
1 четверть	9
2 четверть	7
3 четверть	11
4 четверть	8
Всего за год	35
Всего по авторской программе	35

### Распределение количества часов

11 класс

	Количество часов
1 четверть	9
2 четверть	7
3 четверть	11
4 четверть	7
Всего за год	34
Всего по авторской программе	35

### **Планируемые образовательные результаты обучающихся** **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса**

#### **Личностные результаты:**

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают: умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- 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;
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — 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;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;
- умения 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;
- умения регулятивные ( организационные ) :
- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты

населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий; в ценностно-ориентационной сфере :

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

в коммуникативной сфере :

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере :

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности); в бытовой, трудовой и досуговой сфере :
- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

в сфере физической культуры и здорового образа жизни :

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

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

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

## ***Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства***

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

## ***Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях***

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

## **Раздел 2. Военная безопасность государства**

### ***Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность***

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

### ***Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз***

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. 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***

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

### ***Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях***

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

## **8. Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)**

8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках. Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы предусматривают проведение ежегодных учебных сборов.

К участию в учебных сборах привлекаются все граждане, обучающиеся в образовательных учреждениях и в учебных пунктах, за исключением имеющих освобождение от занятий по состоянию здоровья.

Планирование и организация учебных сборов осуществляются органами местного самоуправления, на которые возложено управление в сфере образования, и

руководителями образовательных учреждений (начальниками учебных пунктов) совместно с военными комиссарами и командирами соединений (воинских частей), на базе которых проводятся учебные сборы.

**Продолжительность учебных сборов — 5 дней (35 учебных часов).**

В ходе сборов изучаются: размещение и быт военнослужащих, организация караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовки, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. В процессе учебных сборов выполняются мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Учебные сборы проводятся на базе соединений и воинских частей Вооруженных Сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов. В местах, где нет соединений и воинских частей, учебные сборы организуются на базе региональных центров по допризывной подготовке молодежи к военной службе, военно-патриотических молодежных и детских общественных объединений, оборонно-спортивных оздоровительных лагерей или при образовательных учреждениях.

## **Содержание курса**

### **10 класс**

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1	Основы безопасности личности, общества, государства	15
2	Военная безопасность государства	10
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
Итого		35
4	Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)	35

Военно-полевые сборы проходят по плану районных мероприятий во внеурочное время на базе воинской части в начале июня. 35ч. Приказ министерства обороны от 24.02.2010г. 96134 и распоряжения министерства образования от 23.04.2016г.

## **Содержание курса**

### **11 класс**

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1	Основы комплексной безопасности личности, общества, государства	14
2	Военная безопасность государства	10
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
Итого		34

## Тематическое поурочное планирование

№ урока	Наименование разделов, темы урока	Количество часов
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	1
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1
6	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1
8	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1
9	Противодействие экстремизму.	1
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	1
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1
15	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах,	1

	транспорте. Страхование.	
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1
17	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1
20	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	1
21	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	1
22	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1
23	Воинская обязанность и военная служба.	1
24	Правила и обязанности военнослужащих.	1
25	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1
27	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1
28	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1
30	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	1
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1



32	Правила оказания первой помощи при травмах.	1
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1
34	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	1
35	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	1

Основы военной службы			
(практические занятия на базе воинской части во внеурочное время) 35 часов			
Занятия проводятся в соответствии распоряжением и с распорядком дня воинской части на период военных сборов	1	Тактическая подготовка	4
	2	Огневая подготовка	9
	3	Радиационная, химическая и биологическая защита	2
	4	Общевойсковые уставы	8
	5	Строевая подготовка	4
	6	Физическая подготовка	5
	7	Военно-медицинская подготовка	2
	8	Основы безопасности военной службы	1
	9	Итого	35

### Тематическое поурочное планирование 11 класс

№ урока	Наименование разделов, темы урока	Количество во часов
1	Проблемы формирования культуры безопасности личности, жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.	1
2	Общенаучные методологические критерии безопасности современной науки и технологий.	1
3	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.	1
4	Основы управления безопасностью в системе «человек – среда обитания»	1
5	Обеспечения национальной безопасности России.	1
6	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.	1
7	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1
8	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.	1
9	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1
10	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	1
11	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	1
12	Наркотизм и безопасность человека.	1
13	Дорожно-транспортная безопасность.	1
14	Вынужденное автономное существование в природных условиях.	1
15	Основные задачи Вооруженных Сил.	1
16	Правовые основы воинской обязанности.	1
17	Правовые основы военной службы.	1

18	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	1
19	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	1
20	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	1
21	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	1
22	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.	1
23	Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.	1
24	Боевая слава российских воинов.	1
25	Демографическая ситуация в России.	1
26	Культура здорового образа жизни.	1
27	Культура питания.	1
28	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	1
29	Вредные привычки. Культура движения.	1
30	Медико-психологическая помощь.	1
31	Первая помощь при ранениях.	1
32	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.	1
33	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	1

## УМК

Учебник	Методическое пособие	Контрольно-измерительные материалы
Основы Безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы: базовый уровень: учебник /С.В.Ким,В.А.Горский.- 2-е изд., стереотип. - М. «Вентана-Граф», 2020.	Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10–11 классы : методическое пособие / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2020.	Основы Безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы: базовый уровень: учебник /С.В.Ким,В.А.Горский.-2-е изд., стереотип. - М. «Вентана-Граф», 2020.

Лист внесения изменений в рабочую программу учебного предмета  
« \_\_\_\_\_ » в \_\_\_\_\_ классе

Учитель \_\_\_\_\_  
Школа \_\_\_\_\_

Приказ, причина коррекции	Класс	Тема	Количество по рабочей программе	Количество часов по факту	Корректирующие мероприятия, комментарий

Подпись учителя \_\_\_\_\_