



АДМИНИСТРАЦИЯ
ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Школа № 51»

Утверждаю
Директор школы

А.В. Коротков
приказ № 99-с от 28.08.2020



Рабочая программа

предметная область

Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности

учебный предмет

Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень)

уровень образования

Среднее общее образования

Нормативный срок освоения 2 года

Рабочие программы. С.В. Ким, В.А. Горский ОБЖ. Базовый уровень. 10-11 классы. Программы для общеобразов. организаций М.:Вентана-Граф, 2019г

Учебники: С.В. Ким, В.А. Горский Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) 10-11 класс М.: Вентана - Граф, 2020

г. Нижний Новгород

Планируемые результаты обучения

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.

Ученик научится:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

Кроме того, учащиеся получают возможность применять полученные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;

- пользоваться индивидуальными средствами защиты;

- выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость.

- правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия, выполнять воинское приветствие.

- пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания.

- определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты,

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении.

Ученик получит возможность научиться:

- характеризовать потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

- правилам личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; мерам пожарной безопасности в быту и на природе;

- оказанию первой помощи при неотложных состояниях;

- использовать знания о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- распознавать основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах;
- соблюдать правила поведения населения при авариях;
- классифицировать АХОВ по характеру воздействия на человека, средства массового поражения и их поражающие факторы;
- понимать организацию защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах;
- структурировать предназначение и задачи РСЧС, предназначение и задачи гражданской обороны;
- применять основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- характеризовать состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основным видам воинской деятельности, общим обязанностям солдата в бою;
- основным способам передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации.

Содержание курса 10 класс

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.

Содержание курса 11 класс

Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства

Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.

Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

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

Обеспечение национальной безопасности России.

Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.

Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Поисково-спасательная служба МЧС России.

Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека

Экстремальные ситуации криминогенного характера.

Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность.

Вынужденное автономное существование в природных условиях.

Раздел 2. Военная безопасность государства

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

Основные задачи Вооружённых Сил.

Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы.

Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.

Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.

Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.

Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.

Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 6. Основы здорового образа жизни

Демографическая ситуация в России.

Культура здорового образа жизни. Культура питания.

Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.

Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях

Медико-психологическая помощь.

Первая помощь при ранениях.

Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.

Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов, тем.	Количество часов.
10 класс		34
1	Организационный модуль	2
1.1	Организационно психологическое занятие	1
1.2	Вводное занятие	1
2	Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях	4
2.1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в родной среде	1
2.2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних	1

2.3	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидация чрезвычайных ситуаций её структура и задачи	1
-----	---	---

2.4	Законы и другие нормативно – правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности	1
3	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	6
3.1	Гражданская оборона основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
3.2	Современные средства поражения. Поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
3.3	Оповещение и информирование об опасностях. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	1
3.4	Средства индивидуальной защиты населения	1
3.5	Организация проведения аварийно – спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуациях	1
3.6	Организация гражданской обороны в общеобразовательной школе	1
4	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	1
4.1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1
5	Основы здорового образа жизни	2
5.1	Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и работоспособность человека	1
5.2	Значение двигательной активности и закаливание организма. Вредные привычки их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1
6	Основы военной службы	18
6.1	История создания Вооружённых Сил Российской Федерации	1
6.2	Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил. Рода войск. История их создания	1
6.3	Функции и основные задачи Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения безопасности страны	1
6.4	Другие войска, их состав предназначение	1
6.5	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника отечества	1

6.6	Памяти поколений – дни воинской славы России	1
6.7	Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений	1
6.8	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1
6.9	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
6.10	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1
6.11	Основы подготовки гражданина к военной службе	1
6.12	Начальная военная подготовка в войсках	1
6.13	Размещение и быт военнослужащих	1
6.14	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	1
6.15	Организация караульной службы, обязанности часового	1
6.16	Строевая подготовка	1
6.17	Огневая подготовка	1
6.18	Тактическая подготовка	1
7	Метод проекта	1
7.1	«Гражданская оборона – основная часть системы обороно – способности страны»	1
11 класс		33
1	Организационный модуль	2
1.1	Организационно психологическое занятие	1
1.2	Вводное занятие	1
2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	5
2.1	Правила личной гигиены и здоровья	1
2.2	Нравственность и здоровье. Формирования правильного взаимного отношения полов	1
2.3	Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики	1
2.4	СПИД и его профилактика	1
2.5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1

3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни и правила оказания первой медицинской помощи	4
3.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
3.2	Первая медицинская помощь при ранениях	1
3.3	Первая медицинская помощь при травмах	1
3.4	Первая медицинская помощь при остановке сердца	1
4	Основы военной службы	6
4.1	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности	1
4.2	Организация воинского учёта и его предназначение	1
4.3	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
4.4	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
4.5	Организация медицинского освидетельствования при постановке на воинский учёт	1
4.6	Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе	1
5	Особенности военной службы	6
5.1	Правовые основы военной службы	1
5.2	Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации законы воинской жизни	1
5.3	Военная присяга- клятва воина на верность Родины	1
5.4	Прохождение военной службы по призыву	1
5.5	Прохождение военной службы по контракту	1
5.6	Права и ответственность военнослужащих	1
6	Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство Воина Вооружённых Сил	6
6.1	Военнослужащий- патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1
6.2	Военнослужащий- специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	1
6.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным индивидуально-психологическим качествам гражданина	1

6.4	Военнослужащий- подчинённый строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации	1
6.5	Как стать офицером Российской Армии	1
6.6	Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации	1
7	Метод проекта	5
7.1	«Военнослужащий – защитник Отечества»	1
7.2	«Честь и достоинство Воина Вооружённых Сил»	1
7.3	«Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство Воина Вооружённых Сил »	1
7.4	«Военнослужащий – защитник Отечества»	1
7.5	«Честь и достоинство Воина Вооружённых Сил»	1

