

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 5 имени Героя Советского Союза В.Ф. Кравченко городского
округа Сызрань Самарской области**

Рассмотрено:
на заседании ШМО
учителей физкультурного,
технологического и
эстетического циклов
Протокол № 1
от 17.08.2020 г.
Руководитель ШМО
_____Ю.В.Панова

Проверено:
Зам. директора по УВР

Л.Г. Смирнова
17.08.2020 г.

Утверждаю:
К использованию
В учебном процессе
директор ГБОУ СОШ №5
г. Сызрани

М.А. Сорокина
17.08.2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет Основы безопасности жизнедеятельности
Классы 10-11
Учитель Бондарь Н.И.
Программа «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 классы» на базовом уровне реализуется на основе УМК С.В. Ким.
Учебник 10 -11 классы: Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. ООО «Издательский центр Вентана – граф»

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов на базовом уровне составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), примерной основной образовательной программы среднего общего образования, основной образовательной программы среднего общего образования ГБОУ СОШ №5 г. Сызрани, учебного плана ГБОУ СОШ №5 г. Сызрани.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов на базовом уровне реализуется на основе УМК С.В. Ким, В. А. Горского. ОБЖ (10-11) (Б).

На изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне в 10-11 классах отводится 68 часов в год, из расчета 1 час в неделю в каждом классе:

10 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,

11 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год.

Для реализации Рабочей программы используются учебники:

10 -11 классы: Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности.
ООО «Издательский центр Вентана – граф»

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является **интегрированным**, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

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.
- **освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;**

Предметными результатами освоения ОБЖ на ступени основного общего образования является овладение обучающимися:

Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none">• называть способы ориентирования на местности;• определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты;• подавать сигналы бедствия и использовать другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в	<ul style="list-style-type: none">• <i>безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;</i>• <i>классифицировать и характеризовать причины</i>

природных условиях;

- применять элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников, обеспечивая тем самым личную безопасность;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»;
- принимать обоснованные решения и составлять план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей;
- читать план эвакуации учреждения и действовать согласно данному плану, соблюдая правила;
- владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой);
- изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания;
- использовать различные укрытия, защитные сооружения;
- анализировать и делать выводы об основных причинах ЧС, увеличении их числа и последствиях;
- называть основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- определять потенциально опасные объекты;
- соблюдать правила безопасного поведения в случае возникновения пожара, при угрозе и в случае возникновения террористического акта;
- отрицательно относиться к любым видам террористической деятельности;
- грамотно действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- находить и отбирать нужную информацию по заданной теме в источниках различного типа;
- способствовать формированию общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности;
- анализировать состояние своего здоровья;
- управлять своими эмоциями и поддерживать психологическую уравновешенность в любых жизненных ситуациях;
- вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни;
- характеризовать общие правила оказания первой медицинской помощи;
- выполнять способы транспортировки пострадавшего;
- понимать личную и общественную значимость современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- выбирать пути создания своей индивидуальной системы ЗОЖ, учитывая факторы индивидуального характера;
- осознанно противостоять вредным привычкам;
- понимать роль семьи в формировании ЗОЖ;
- вырабатывать устойчивую мотивацию на создание благополучной семьи и выполнение репродуктивной функции;

и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;

- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*
- *анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*
- *предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;*
- *анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;*
- *использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;*
- *усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;*
- *творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.*

- основам семейного права в Российской Федерации.
- определять и анализировать события, вследствие которых могут возникнуть массовые поражения людей;
- давать общую характеристику различных повреждений и их последствий для здоровья человека;
- определять признаки жизни, признаки смерти, симптомы обморочного состояния, эпидермис;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.
- делать искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца;
- выполнять ПМП с использованием табельных и подручных средств, с целью устранения последствий поражений, угрожающих жизни, и предупреждения опасных осложнений;
- использовать приобретенные знания и умения в практической и повседневной жизни.
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять самоопределение по отношению к военной службе;
- формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- обосновывать значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых сил Российской Федерации;
- формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего;
- называть основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для службы в Вооруженных силах Российской Федерации;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять воинское приветствие;
- действовать при выполнении приказаний и отдаании воинского приветствия;
- соблюдать воинскую вежливость;
- правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- формулировать основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан.
- **готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.**
- **Проводить СЛР и ИВЛ с отработкой реанимационных действий с использованием тренажеров-манекенов «Александр-2-0.1» и «Искандер»**

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 дисстресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

Особенности содержания учебной программы

В содержании курса «Основы безопасности жизнедеятельности» учтены положения федеральных законов Российской Федерации и других нормативно – правовых актов в области безопасности личности, общества и государства. За основу проектирования структуры и содержания программы курса принят *модульный принцип ее построения и принцип «минимакса»* к отбору и наполнению учебно-познавательной информацией.

Программа реализует роль **навигации** индивидуального образовательного маршрута старшеклассника в образовательном пространстве реальной и виртуальной информации по вопросам безопасности жизнедеятельности. Интеллект личности, экологическое мировоззрение и мотивация, научно-практические знания и умения — основные ресурсы культуры безопасности.

Модульный принцип определяет выделение трех учебных разделов, охватывающих весь объем содержания курса ОБЖ, принцип «минимакса» положен в основу структурирования учебной информации каждого раздела. Модульный принцип позволяет:

— эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс по формированию культуры безопасности жизнедеятельности старшеклассников с учетом ресурсных возможностей разных типов организаций основного образования и особенностей среды жизнедеятельности населения разных регионов России;

— обеспечить межпредметные связи при изучении содержания ОБЖ и преемственность содержания учебных модулей (тематики ОБЖ) в средних и старших классах школы, в учреждениях основного и дополнительного образования;

— разработать варианты оценки достижений учащихся на репродуктивном, продуктивном, творческом уровнях, используя методы шкалирования, балльно-рейтинговой оценки, кредитно-модульной, экспертной оценки портфолио, позволяющие проследить продвижение школьника на индивидуальном образовательном маршруте по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

Учебная информация структурирована по принципу «минимакса»:

— в каждом параграфе приводятся *общие термины и понятия*, определяющие *условные границы компетентности* школьника по изучаемой теме (**максимум**);

— в начале параграфа выделены **ключевые термины и понятия**, определяющие обязательный для школьника минимум теоретико-практических знаний, требуемый для прохождения итогового контроля по изучаемой теме в форме тестирования, собеседования, презентации учебно-исследовательской работы, экзамена.

Принцип «минимакса» предполагает формирование компетентности и культуры безопасности жизнедеятельности личности не за счет роста объема учебно-познавательной информации, а за счет ее повторения, обобщения и систематизации знаний всех школьных предметов. Структурные компоненты программы ОБЖ — три содержательных модуля:

— **основы безопасности личности, общества, государства в современной среде обитания;**

— **основы обороны государства и военная безопасность;**

— **основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Каждый модуль программы — это раздел содержания курса ОБЖ, который состоит из нескольких частей (глав). Каждая глава включает пять тем (параграфов). Содержание учебного материала в каждом классе представлено в форме опорного конспекта (всего 35 тем), в котором кратко изложены ключевые понятия, основные характеристики опасных и чрезвычайных ситуаций, научные подходы к теории безопасности жизнедеятельности, вопросы, задания, примерная тематика учебно-исследовательской работы школьников, рекомендации специалистов по предупреждению опасных ситуаций и безопасному поведению населения. Раздел завершается самопроверкой теоретической готовности ученика по ключевым вопросам.

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. Военная 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 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. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Основные задачи Вооруженных 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 10 класс

№	Название раздела, темы	Количество часов
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства		
1	<i>Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания</i>	5
2	<i>Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства</i>	5
3	<i>Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях</i>	5
Раздел 2. Военная безопасность государства		
4	<i>Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность</i>	5
5	<i>Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз</i>	5
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		
6	<i>Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания</i>	4
7	<i>Оказание первой помощи при неотложных состояниях. Обработка реанимационных действий с использованием тренажеров – манекенов «Александр -2-0.1» и «Искандер» при оказании первой доврачебной помощи утонувшему</i>	5
По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов		

Тематическое планирование 11 класс

№	Название раздела, темы	Количество часов
Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства		
1	<i>Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека</i>	5
2	<i>Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности</i>	5
3	<i>Экстремальные ситуации и безопасность человека</i>	5
Раздел 2. Военная безопасность государства		
4	<i>Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз</i>	5
5	<i>Особенности военной службы в современной Российской армии</i>	5

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

6	<i>Основы здорового образа жизни</i>	4
7	<i>Первая помощь при неотложных состояниях</i> Обработка реанимационных действий с использованием тренажеров – манекенов «Александр -2-0.1» и «Искандер» при оказании первой доврачебной помощи утонувшему	5