

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа учебного предмета «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» для обучающихся 10-11 классов разработана на основе требований к результатам освоения ООП СОО ЧОУ Школы «Экология и Диалектика» на 2015-2020 г.г. в соответствии с ФКГОС СОО.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих **целей:**

1. воспитание у обучаемых ответственности за личную безопас­ность, безопасностьобщества и государства; ответственного отно­шения к личному здоровью какиндивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранениюокружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедея­тельности личности, общества и государства;
2. развитие духовных и физических качеств личности, обеспечи­вающих безопасноеповедение человека в условиях опасных и чрез­вычайных ситуаций природного,техногенного и Социального харак­тера; потребности вести здоровый образ жизни;необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполненияконституционного долга и обязанности гражданина России по защи­те Отечества;
3. освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайныхситуациях природного, техногенного и социального ха­рактера; о здоровье и здоровомобразе жизни; о государственной сис­теме защиты населения от опасных ичрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан позащите государства;
4. формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасногоповедения в опасных и чрезвычайных ситуа­циях; использования средствиндивидуальной и коллективной защи­ты; оказания первой медицинской помощи принеотложных состоя­ниях.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**«ОБЖ»**

**10 класс**

В результате изучения ОБЖ в 10 классе ученик должен:

**знать/понимать**

* Основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на них;
* Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания;
* Основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
* Основы российского законодательства об обороне государства, о военной обязанности и военной службе граждан;
* Состав и предназначения вооруженных Сил РФ;
* Основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения службы и пребывания в запасе;
* Предназначение, структуру и задачи РСЧС;
* Рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных ситуациях ;приемы и правила оказания первой медицинской помощи;

**уметь**

* Перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации
* Возгорания;
* Предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;
* Перечислить порядок действий населения по сигналу « Внимание всем!» и назать минимально необходимый набор предметов, которые следует взять с собой в случае эвакуации;
* Объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
* Перечислять последовательность действий при оповещении о возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
* Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
* Оказывать первую медицинскую помощь.

**11 класс**

В результате изучения ОБЖ в 11 классе ученик должен:

**знать/понимать:**

* Основы здорового образа жизни, понятия « здоровье».
* Основы российского законодательства об обороне государства, о военной обязанности и военной службе 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;

**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

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОБЖ»**

**10 КЛАСС**

***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.*** – 12ч.

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные криминогенные ситуации на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

. ***Основы медицинских знаний , профилактика инфекционных заболеваний, здоровый образ жизни -6ч***

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика .Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни .Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, профилактика утомления. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотиков. Профилактика наркомании. Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

.***Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества- 16ч.***

История создания Вооруженных Сил России. Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск. Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-воздушных сил. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-морского флота. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Основные задачи современных Вооруженных Сил. Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающие на предназначение воинской части и её принадлежность. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

11 КЛАСС

### I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 7 час

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи .Болезни, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).  
Профилактика СПИД. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.  
Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

**Основы военной службы -27 час**

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе. Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.  
Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).  
Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.  
Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.  
Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.  
Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. [Конституция РФ](http://docs.cntd.ru/document/9004937) и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.  
Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.  
Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил РФ, Строевой Устав Вооруженных Сил РФ, их предназначения и основные положения. Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.  
Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас.  
Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации.   
Военная форма одежды.  
Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).  
Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).  
Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание - защитника Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.  
Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.  
Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).  
Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил РФ. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, - постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.  
Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.  
Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.  
Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ.  
Участие Вооруженных Сил РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России.  
Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**10 КЛАСС:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата**  **план/факт** | **Тема** | **Корректировка** |
| **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 12 час.** | | | |
| 1/1 |  | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях |  |
| 2/2 |  | Поведения в ситуациях криминогенного характера |  |
| 3/3 |  | Уголовная ответственность несовершеннолетних. |  |
| 4/4 |  | Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. |  |
| 5/5 |  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС ( РСЧС) ее структура и задачи. |  |
| 6/6 |  | Законы и другие нормативно-правовые акты по обеспечению безопасности |  |
| 7/7 |  | Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны |  |
| 8/8 |  | Современные средства поражения , их поражающие факторы |  |
| 9/9 |  | Оповещение и информирование населения об опасностях, организация инженерной защиты населения. |  |
| 10/10 |  | Средства индивидуальной защиты |  |
| 11/11 |  | Организация проведения аварийно-спасательных работ. |  |
| 12/12 |  | Организация ГО в общеобразовательных учреждениях |  |
| / |  | Основы медицинских знаний, здоровый образ жизни -6 |  |
| 13/1 |  | Профилактика инфекционных заболеваний . |  |
| 14/2 |  | Здоровый образ жизни и его составляющие |  |
| 15/3 |  | Зачет за 1-е полугодие РСЧс |  |
| 14/4 |  | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. |  |
| 17/5 |  | Значение двигательной активности и физическая культуры |  |
| 18/6 |  | Вредные привычки. Профилактика |  |
|  |  | Вооруженные силы- защитники Отечества - 16 |  |
| 19/1 |  | Вооруженные силы РФ- защитники нашего Отечества |  |
| 20/2 |  | История создания ВР РФ |  |
| 21/3 |  | Организационная структура ВС.ВидыВС .Рода ВС |  |
| 22/4 |  | Функции и основные задачи ВС РФ. |  |
| 23/5 |  | Другие войска их состав и предназначения |  |
| 24/6 |  | Патриотизм и верность воинскому долгу. Качества защитника Отечества |  |
| 25/7 |  | Дни воинской славы |  |
| 26/8 |  | Дружба, товарищество- основа боевой готовности. |  |
| 27/9 |  | Боевое знамя воинской части- символ воинской чести |  |
| 28/10 |  | Ордена- почетные награды |  |
| 29/11 |  | Ритуалы ВС РФ . |  |
| 30/12 |  | Организация караульной службы |  |
| 31/13 |  | Зачет за 2-е полугодие « Основы воинской службы» |  |
| 32/14 |  | Быт военнослужащих . |  |
| 33/15 |  | Контрольная работа за год :» Основы воинской службы» |  |
| 34/16 | 35 резерв | Итоговое занятие |  |

**11 КЛАСС:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата**  **план/факт** | **Тема** | **Корректировка** |
| **Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни – 7 час.** | | | |
| 1/1 |  | Правила личной гигиены. |  |
| 2/2 |  | Нравственность и здоровье, Формирование правильного взаимоотношения полов. |  |
| 3/3 |  | Инфекции передаваемые половым путем. |  |
| 4/4 |  | СПИД и его профилактика. |  |
| 5/5 |  | 1-я медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульт. |  |
| 6/6 |  | 1-я медицинская помощь при ранениях . |  |
| 7/7 |  | 1-я медицинская помощь при остановки сердца . |  |
|  |  | **Основы военной службы- 27 час** |  |
| 8/1 |  | Основные понятия о воинской службе. |  |
| 9/2 |  | Организация военного учета. |  |
| 10/3 |  | Первоначальная постановка на учет. |  |
| 11/4 |  | Обязательная подготовка граждан к военной службе. |  |
| 12/5 |  | Добровольная подготовка граждан к воинской службе. |  |
| 13/6 |  | Организация медицинского освидетельствования . |  |
| 14/7 |  | Медицинское обследование при постановке на военный учет . |  |
| 15/8 |  | 1-я полугодие Нравственность и здоровье. |  |
| 16/9 |  | Увольнение с воинской службы и пребывание в запас . |  |
| 17/10 |  | Правовые основы военной службы. |  |
| 18/11 |  | Общевойсковые уставы ВС РФ. |  |
| 19/12 |  | Военная присяга – клятва воина на верность Родине. |  |
| 20/13 |  | Прохождение военной службы по призыву . |  |
| 21/14 |  | Прохождение военной службы по контракту. |  |
| 22/15 |  | Права и ответственность военнослужащих . |  |
| 23/16 |  | Альтернативная гражданская служба |  |
| 24/17 |  | Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. |  |
| 25/18 |  | Военнослужащий специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. |  |
| 26/19 |  | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам гражданина. |  |
| 27/20 |  | Военнослужащий- подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ. |  |
| 28/21 |  | Как стать офицером Российской армии. |  |
| 29/22 |  | Международная миротворческая деятельность ВС РФ. |  |
| 30/23 |  | Зачет за 2-е полугодие « Основы воинской службы» |  |
| 31/24 |  | Виды ответственности установленные для военнослужащих. Воинская дисциплина . |  |
| 32/25 |  | Контрольная работа» Виды уголовной ответственности за уклонение от службы в армии» . |  |
| 33/26 |  | Военнослужащий –честь и гордость ВС РФ. |  |
| 34/27 |  | Итоговое занятие . |  |