

Тимашевский район, станица Медвёдовская  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №13  
имени Героя Советского Союза Г.К. Кулика  
муниципального образования Тимашевский район

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
МБОУ СОШ № 13

от «30» августа 2021 г., протокол №1

Председатель педсовета

\_\_\_\_\_ А.Н. Олейников

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образования (класс) среднее общее образование, 10-11 классы

Количество часов 68 часов

Учитель или группа учителей, разработчиков рабочей программы

Лагу́та Максим Александрович, преподаватель– организатор  
ОБЖ МБОУ СОШ №13

Программа разработана в соответствии с требованиям ФГОС среднего общего образования

с учетом основной образовательной программы среднего общего образования  
МБОУ СОШ № 13

с учётом УМК С. В. Ким, В. А. Горский М.; Вентана- Граф 2019 г.

# **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета основ безопасности жизнедеятельности 10-11 классе**

## **Личностные результаты обучения:**

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

### **1. Патриотическое воспитание:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

### **2. Гражданское воспитание:**

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

### **3. Духовно-нравственное воспитание:**

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

#### 4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

#### 5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);

установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимание личностного смысла изучения предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

#### 7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

готовность адаптироваться в профессиональной среде;  
уважение к труду и результатам трудовой деятельности;  
осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;  
укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;  
овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;  
установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

#### 8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;  
повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;  
активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;  
осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;  
готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;  
освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания

### **Основы комплексной безопасности**

–Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;  
–использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;  
–оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;  
–объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;  
–действовать согласно указанию на дорожных знаках;  
–пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;  
–прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);  
–составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);  
–комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;  
–использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;  
–оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и

чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;

- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;

- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;

- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

- распознавать симптомы употребления наркотических средств;

- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

### **Основы обороны государства**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

### **Правовые основы военной службы**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

### **Элементы начальной военной подготовки**

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;



- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убийного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготровку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;

–объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;  
–оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;  
–характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;  
–использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

- 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
- 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.

1) Российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) Готовность к служению Отечеству, его защите;

4) Сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

- 9) Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

#### **Метапредметными результатами обучения:**

- 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):

- само регуляция 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 обучения:**

- 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, анти экстремистского 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

## 2. Содержание учебного предмета ОБЖ

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается с 10 по 11 класс из расчёта 1 ч в неделю: в 10 классе - 34 ч, в 11

| №<br>п/п | Разделы, темы  | Количество часов                        |                      |           |           |
|----------|--|---|----------------------|-----------|-----------|
|          |  | Примерная<br>или авторская<br>программа | Рабочая<br>программа | 10        | 11        |
|          | <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества,</b>   | <b>30</b>                               | <b>28</b>            | <b>14</b> | <b>14</b> |
|          | <i>Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания</i>    | 9                                       | 9                    | 5         | 4         |
|          | <i>Глава 2.1 Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства</i>                   | 4                                       | 4                    | 4         |           |
|          | <i>Глава 2.2 Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности</i> | 5                                       | 5                    |           | 5         |
|          | <i>Глава 3.1 Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях</i>              | 5                                       | 5                    | 5         |           |
|          | <i>Глава 3.2 Экстремальные ситуации и безопасность человека</i>  | 5                                       | 5                    |           | 5         |
|          | <b>Раздел 2. Военная безопасность государства</b>  | <b>20</b>                               | <b>20</b>            | <b>10</b> | <b>10</b> |
|          | <b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и</b>   | 5                                       | 5                    | 5         |           |
|          | <i>Глава 5.1 Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз</i>                      | 10                                      | 10                   | 5         | 5         |
|          | <i>Глава 5.2 Особенности военной службы в современной Российской армии</i>   | 5                                       | 5                    |           | 5         |
|          | <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>  | <b>20</b>                               | <b>20</b>            | <b>10</b> | <b>10</b> |

в классе - 34 ч.

|  |   |    |    |    |    |
|--|---|----|----|----|----|
|  | <b>Глава 6. 1 Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания</b> | 5  | 5  | 5  |    |
|  | <b>Глава 6.2 Основы здорового образа жизни</b>  | 5  | 5  |    | 5  |
|  | <b>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях</b>                              | 10 | 10 | 5  | 5  |
|  | <b>всего</b>  | 70 | 68 | 34 | 34 |

Рабочая программа рассчитана на 68 ч на два года обучения (по 1 ч в неделю).

### **Проектная деятельность** 10 класс

Инфекционные заболевания и способы защиты от них;

Как не допустить кишечные инфекции?

Рейтинг здорового образа жизни среди других ценностей;

Здоровый сон;

«Жаворонки» и «совы»;

Оптимальный двигательный режим;

Можно ли вернуться из мира наркотиков, сигарет и алкоголя ?

Распределение учебного времени прохождения программного материала по обж  
в 10-11 классах

#### 10 класс

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (14 часов)**

#### **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. Противостояние 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 (10 часов)***

### ***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 (10 часов)***

### ***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.

11 класс

## ***Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (14 часов)***

### ***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. Общественные 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. Наркотики и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

### ***Раздел 2. Военная безопасность государства (10 часов)***

#### ***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 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(10 часов)***

#### ***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, ядами, наркотическими веществами.

### 3. Тематическое планирование

10 класс

| Класс 10   |                  |   |                  |   |  |  |
|--|------------------|---|------------------|---|--|--|
| Раздел   | Количество часов | Тема урока  | Количество часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)   | Основные направления воспитательной деятельности |  |
| Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства 14 часов   |                  |   |                  |   |  |  |
| Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания 5 часов |                  |   |                  |   |  |  |
|  |                  | Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 1                | Актуализируют ранее полученные знания о роли государства в обеспечении безопасности личности и общества. Характеризуют значение культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества в современном мире. Формулируют личные понятия о безопасности | п 1.2.4.6.11                                     |  |
|  |                  | Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности                | 1                | Изучают задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности. Характеризуют стратегию и тактику управления безопасностью жизнедеятельности   | п 4.5.6  |  |
|  |                  | Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в                | 1                | Анализируют причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Выявляют причинно-следственные связи   | п 14   |  |

|  |  |  |   |   |  |          |
|--|--|--|---|---|--|----------|
|  |  | среде обитания   |   |   | опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека. Генерируют идеи, моделируют индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях  |          |
|  |  | Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания           | 1 | 1 | Выявляют общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. Характеризуют медико-биологические основы здоровья человека  | п 12.14  |
|  |  | Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания                | 1 | 1 | Определяют цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Выбирают средства реализации поставленных целей, оценивают результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности                            | п 11.12. |
| <b>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства 4 часа</b> |  |  |   |   |  |          |
|  |  | Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности | 1 | 1 | Характеризуют и формулируют основное содержание федеральных законов и подзаконных актов. Рассматривают нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека  | п 1.2.3  |
|  |  | Защита личности, общества, государства от угроз социального характера                          | 1 | 1 | Анализируют военную политику государства. Приводят примеры вооруженных конфликтов; локальных, региональных и крупномасштабных войн. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Характеризуют внутренние опасности России. Устанавливают и сравнивают разные точки зрения | п 1.2.3  |

|  |  |   |   |  |         |
|--|--|---|---|--|---------|
|  |  | Противодействие экстремизму   | 1 | Изучают федеральные законы по защите от экстремизма. Характеризуют основные принципы и направления противодействия экстремизму. Определяют направления деятельности спецслужб и правоохранительных органов   | п 1.2.3 |
|  |  | Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации   | 1 | Характеризуют меры противодействия терроризму и наркотизму. Изучают федеральные законы по защите населения от социальных угроз. Приобретают навыки противостояния социальным угрозам, вырабатывают нравственные качества и убеждения   | п 1.2.3 |
| <b>Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях 5 часов</b> |  |   |   |  |         |
|  |  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)                   | 1 | Рассматривают территориальные и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС. Характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Формулируют основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны   | п 2     |
|  |  | Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях | 1 | Характеризуют предназначение и основные задачи гражданской обороны. Рассматривают структуру и органы управления. Изучают основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Называют права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Совершенствуют практические навыки и умения при выполнении действий по сигналам оповещения | п 1.2   |
|  |  | Защита населения и территорий от чрезвычайных   | 1 | Характеризуют опасные природные явления и их последствия, перечисляют  | п 6.7   |

|   |  |  |   |  |         |
|---|--|--|---|--|---------|
|   |  | ситуаций природного характера  |   | поражающие факторы и особенности чрезвычайных ситуаций природного характера. Закрепляют правила поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера  |         |
|   |  | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера  | 1 | Характеризуют чрезвычайные ситуации техногенного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеризуют правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ                   | п 6.7   |
|   |  | Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование                                      | 1 | Работают в группах. Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания. Закрепляют и совершенствуют правила безопасного поведения на транспорте. Выясняют роль инженерной защиты в системе мер по защите населения. Объясняют необходимость добровольного и обязательного страхования | п 2.6.7 |
| <b>Раздел 2. Военная безопасность государства 10 часов</b>                      |  |  |   |  |         |
| <b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность 5 часов</b> |  |  |   |  |         |
|   |  | Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения | 1 | Рассматривают чрезвычайные ситуации военного характера и различные виды оружия массового поражения. Характеризуют индивидуальные и коллективные средства защиты населения  | п 1.2.3 |

|  |  |   |   |          |
|--|--|---|---|----------|
|  | Защита населения и территорий от радиационной опасности                  | 1 | Характеризуют радиационную без-опасность населения и территорий. Формулируют общие рекомендации при угрозе ядерного заражения. Работают с интерактивными схемами и заданиями  | п 1.2.3  |
|  | Средства коллективной защиты от оружия массового поражения               | 1 | Рассматривают средства коллективной защиты населения. Закрепляют знания о защитных свойствах и характерных особенностях убежищ и укрытий. Характеризуют особенности противорадиационного укрытия  | п 12     |
|  | Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности | 1 | Актуализируют знания по экологической безопасности. Характеризуют источники биолого-социальной и экологической опасности. Изучают характеристику биологических чрезвычайных ситуаций  | п 2.3.14 |
|  | Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи                    | 1 | Актуализируют полученные ранее знания о специальных и простейших средствах индивидуальной защиты органов дыхания. Характеризуют виды и особенности противогазов. Совершенствуют умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи | п 12     |
| <b>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз 5 часов</b> |  |   |   |          |
|  | Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы            | 1 | Характеризуют структуру и анализируют организационную основу Вооруженных Сил Российской Федерации. Расширяют знания о структуре Вооруженных Сил   | п 1.2.3  |
|  | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации                              | 1 | Анализируют состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Актуализируют знания и дают краткую  | п 1.2.3  |

|   |  |  |   |  |           |  |
|---|--|--|---|--|-----------|--|
|   |  |  |   | характеристику видов Вооруженных Сил. Закрепляют знание федеральных законов. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации  |           |  |
|   |  | Воинская обязанность и военная служба                            | 1 | Закрепляют знание законодательных основ военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации. Определяют структуру и содержание воинской обязанности  | п 1.2.3   |  |
|   |  | Права и обязанности военнослужащих                               | 1 | Рассматривают законодательные основы социальной защиты военнослужащих. Изучают права и обязанности военнослужащих. Характеризуют общие, должностные, специальные обязанности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий | п 1.2.3   |  |
|   |  | Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации   | 1 | Характеризуют боевые традиции и структуру воинских ритуалов. Изучают порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации. Работают в группах. Решают ситуационные задачи                                  | п 1.2.3   |  |
| <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10 часов</b>                        |  |  |   |  |           |  |
| <b>Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания 5 часов</b> |  |  |   |  |           |  |
|   |  | Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья | 1 | Объясняют социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания. Анализируют понятия «индивидуальное здоровье» и «общественное здоровье». Делают умозаключения и формулируют выводы                                | п 11.12   |  |
|   |  | Здоровый образ жизни и его составляющие                          | 1 | Раскрывают сущность понятия «здоровый образ жизни», его значение и составляющие. Формируют целостное представление о здоровом образе жизни   | п 8.11.12 |  |

|  |  |   |   |  |           |
|--|--|---|---|--|-----------|
|  |  |   |   | как средстве обеспечения общего благополучия человека  |           |
|  |  | Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики  | 1 | Расширяют знания об инфекционных заболеваниях и методах их профилактики. Перечисляют источники инфекционных заболеваний и факторы риска. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний                              | п 8.11.12 |
|  |  | Факторы риска инфекционных заболеваний и меры их профилактики | 1 | Актуализируют знания об основных инфекционных заболеваниях. Перечисляют и характеризуют факторы риска инфекционных и сердечно-сосудистых заболеваний. Объясняют меры профилактики  | п 12      |
|  |  | Профилактика заболеваний, передающихся половым путем          | 1 | Формируют целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек. Изучают и анализируют симптомы, последствия заболеваний, передающихся половым путем, и меры профилактики. Систематизируют знания по данной теме | п 12      |
| Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях 5часов |  |   |   |  |           |
|  |  | Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок      | 1 | Актуализируют знания по оказанию помощи при неотложных состояниях. Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи. Работают с интерактивными заданиями   | п 11.12   |
|  |  | Правила оказания первой помощи при травмах                    | 1 | Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отработывают порядок оказания первой помощи при травмах. Перечисляют противошоковые мероприятия   | п 11.12   |



|  |  |   |         |  |         |
|--|--|---|---------|--|---------|
|  |  | Первая помощь при кровотечениях, ранениях                       | 1       | Характеризуют виды кровотечений и способы их остановки. Расширяют и систематизируют свои знания по данной теме. Практически отрабатывают умения остановки кровотечений различными способами                            | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь: сердечно-легочная реанимация                     | 1       | Систематизируют и расширяют знания о проведении сердечно-легочной реанимации. Практически отрабатывают умения. Характеризуют признаки жизни и признаки смерти. Перечисляют порядок оказания реанимационных мероприятий | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах | 1       | Перечисляют порядок действий при оказании первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении связок и переломах. Систематизируют знания об иммобилизации и транспортировке. Демонстрируют практические умения               | п 11.12 |
|  |  | итого   | 34 часа |  |         |

| Класс 11  |                  |   |                  |  |  |
|---|------------------|---|------------------|--|--|
| Раздел  | Количество часов | Тема урока  | Количество часов | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)  | Основные направления воспитательной деятельности |
| Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства 14 часов  |                  |   |                  |  |  |
| Глава 1. <i>Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания 4 часов</i> |                  |   |                  |  |  |
|   |                  | Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 1                | Характеризуют причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. Рассуждают, делают выводы. Анализируют образование и социальное воспитание, а также личную ответственность как условия повышения культуры безопасности жизнедеятельности | п 1.2.4.6.11                                     |
|   |                  | Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий                      | 1                | Выявляют признаки современного экологического кризиса. Оценивают экологическую безопасность. Характеризуют биоэтику. Анализируют информацию из разных источников   | п 10   |
|   |                  | Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности             | 1                | Характеризуют систему принципов и системный подход в обеспечении безопасности. Рассматривают антропогенные, техногенные, социальные проблемы. Актуализируют знания о видах и источниках антропогенных опасностей   | п 10   |
|   |                  | Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»                                | 1                | Характеризуют систему принципов обеспечения безопасности. Развивают личные, духовные и физические качества; самооценку собственной культуры  | п 10.14  |

|  |  |   |   |   | безопасного поведения |  |
|--|--|---|---|---|-----------------------|--|
| Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, личности, общества, государства по обеспечению безопасности |  |   |   |   |                       |  |
| 5 часов  |  |   |   |   |                       |  |
|  |  | Обеспечение национальной безопасности России  | 1 | Обобщают и интерпретируют информацию с использованием учебной литературы и других информационных ресурсов. Работают с интерактивными объектами                                | п 1.2.3               |  |
|  |  | Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности                            | 1 | Формируют основы научного типа мышления. Характеризуют и анализируют социальную, экономическую и государственную безопасность и меры их обеспечения                           | п 1.2.3               |  |
|  |  | Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму                    | 1 | Рассматривают государственные меры по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Характеризуют военно-силовые ресурсы государства в противодействии терроризму | п 1.2.3               |  |
|  |  | Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России | 1 | Анализируют и выявляют государственные меры защиты населения и территорий. Перечисляют профессиональные и моральные качества спасателей. Формируют нравственные ориентиры     | п 2,3                 |  |
|  |  | Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму | 1 | Обобщают и интерпретируют полученную информацию. Анализируют и характеризуют внешнюю политику Российской Федерации  | п 1.2.3               |  |

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека 5 часов

|  |  |   |   |   |  |       |
|--|--|---|---|---|--|-------|
|  |  | Экстремальные ситуации криминогенного характера | 1 | 1 | Актуализируют и дополняют материал по характеристике чрезвычайных ситуаций криминогенного характера и уголовной ответственности несовершеннолетних. Проектируют модели безопасного поведения   | п 2,3 |
|  |  | Экстремизм, терроризм и безопасность человека   |   | 1 | Закрепляют правила безопасного поведения в городе, в толпе. Расширяют знания о мерах безопасности личности, общества в криминогенной ситуации. Решают ситуационные задачи, формулируют выводы. Рассматривают законодательные основы уголовной ответственности за экстремизм, терроризм | п 6.8 |
|  |  | Наркотизм и безопасность человека               |   | 1 | Раскрывают сущность наркотизма. Систематизируют знания. Анализируют масштабы данной общественной и государственной проблемы. Перечисляют меры безопасности, выполняют интерактивные задания. Работают с дополнительными источниками информации   | п 6.8 |
|  |  | Дорожно-транспортная безопасность               |   | 1 | Определяют уровень культуры безопасности дорожного движения. Анализируют роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения. Устанавливают роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения. Приводят примеры, готовят учебные проекты            | п 12  |

|  |  |  |   |  |            |
|--|--|--|---|--|------------|
|  |  | Вынужденное автономное существование в природных условиях        | 1 | Работают в группах. Характеризуют правила выживания в условиях вынужденной автономии. Отрабатывают необходимые умения. Вырабатывают в себе нравственные качества и убеждения                       | п 12.14    |
| <b>Раздел 2. Военная безопасность государства 10 часов</b>   |  |  |   |  |            |
| <b>Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз 5 часов</b> |  |  |   |  |            |
|  |  | Основные задачи Вооруженных Сил                                  | 1 | Перечисляют основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время. Актуализируют ранее полученные знания из истории армии. Приводят примеры. Дискутируют  | п 1.2.3    |
|  |  | Правовые основы военной обязанности                              | 1 | Формулируют правовые основы военной обязанности. Характеризуют особенности военной службы по контракту. Объясняют на значение и содержание воинского учета граждан России                          | п 1.2.3    |
|  |  | Правовые основы военной службы                                   | 1 | Изучают федеральные законы и воинские уставы. Работают с текстом. Определяют взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины. Анализируют права и свободы военнослужащих. Размышляют, делают выводы | п 1.2.3    |
|  |  | Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная | 1 | Анализируют особенности обязательной подготовки граждан к военной службе. Определяют особенности добровольной подготовки. Характеризуют военно-учетные специальности                               | п 1.2.3.13 |
|  |  | Требования военной деятельности к личности военнослужащего       | 1 | Формулируют морально-психологические требования к военнослужащим. Перечисляют и анализируют виды   | п 1.2.3    |

|   |  |  |   |   |   |            |
|---|--|--|---|---|---|------------|
|   |  |  |   |   | воинской деятельности и воинской обязанности. Расширяют сведения об общих и специальных обязанностях военнослужащих   |            |
| Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии 5часов |  |  |   |   |   |            |
|   |  |  | Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы | 1 | Характеризуют значение воинской дисциплины. Изучают особенности прохождения военной службы по призыву. Расширяют знания об альтернативной гражданской службе  | п 1.2.3.14 |
|   |  |  | Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира                | 1 | Раскрывают сущность миротворческих операций. Определяют особенности международной политики. Рассуждают, делают выводы, работают с дополнительными источниками информации  | п 1.2.3    |
|   |  |  | Военные операции на территории России: борьба с терроризмом               | 1 | Актуализируют знания об участии Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Характеризуют понятие «контртеррористическая операция». Рассуждают, делают выводы, работают с дополнительными источниками информации | п 1.2.3    |
|   |  |  | Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации                       | 1 | Расширяют и актуализируют знания о военной стратегии и тактике. Работают с текстом, делают выводы. Приводят примеры, обобщают информацию  | п 1.2.3    |
|   |  |  | Боевая слава российских воинов  | 1 | Формируют целостное представление о боевой славе российских воинов. Определяют личностную позицию и национальную идентичность. Работают с интерактивными объектами  | п 1.2.3    |

| Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10 часов |   |   |   |         |  |
|---|---|---|---|---------|--|
| Глава 6. Основы здорового образа жизни 5 часов                        |   |   |   |         |  |
|   | Демографическая ситуация в России                         | 1 | Анализируют демографическую ситуацию в России. Работают с дополнительными источниками информации. Характеризуют медицинское обеспечение здоровья населения. Выявляют проблемы, находят пути решения                       | п 11.12 |  |
|   | Культура здорового образа жизни                           | 1 | Определяют и анализируют компоненты культуры здорового образа жизни. Характеризуют рациональную организацию режима труда и отдыха. Воспитывают ответственное отношение к собственному здоровью                            | п 11.12 |  |
|   | Культура питания  | 1 | Формулируют и характеризуют основные принципы рационального питания. Формируют культуру здорового питания. Делают выводы выявляя причинно-следственные связи  | п 11.12 |  |
|   | Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье | 1 | Характеризуют сущность репродуктивного здоровья. Воспитывают в себе нравственные приоритеты. Анализируют, размышляют, делают выводы. Работают с интерактивными объектами и решают ситуационные задачи                     | п 11.12 |  |
|   | Вредные привычки. Культура движения                       | 1 | Формируют целостное представление о вредных привычках. Характеризуют влияние двигательной активности на здоровье человека. Интерпретируют информацию из дополнительных источников. Анализируют, сравнивают, делают выводы | п 11.12 |  |

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях 5 часов

|  |  |  |   |  |         |
|--|--|--|---|--|---------|
|  |  | Медико-психологическая помощь  | 1 | Определяют психотравмирующие ситуации и особенности оказания психологической помощи. Решают ситуационные задачи. Формируют способность обосновать собственную точку зрения   | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь при ранениях   | 1 | Расширяют и совершенствуют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при ранениях   | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении | 1 | Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при электротравмах, ожогах, обморожении   | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии  | 1 | Характеризуют правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии. Формируют умение находить компромиссное решение в сложной ситуации. Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания                  | п 11.12 |
|  |  | Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами          | 1 | Актуализируют и совершенствуют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при отравлении никотином, алкоголем, лекарственными препаратами. Решают ситуационные задачи, работают в группах, делают выводы | п 11.12 |



|  |  |  |       |         |  |  |
|--|--|--|-------|---------|--|--|
|  |  |  | итого | 34 часа |  |  |
|--|--|--|-------|---------|--|--|

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей ФК и ОБЖ СОШ № 13  
от \_\_\_\_\_ 2021 года № 1  
\_\_\_\_\_ Лагута М.А.  
.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Смирный А.Н.  
\_\_\_\_\_ подпись  
\_\_\_\_\_ 2021 года



