

Департамент социальной политики
Администрации города Кургана
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 35»

Рассмотрена

на заседании
методического совета
Протокол № 1 от
« 28 » августа 2014 г.

Принята:

на заседании педагогического
совета
Протокол № 1 от
« 29 » августа 2014г

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №35»
_____ Баранова С.Р.
Приказ № _____
от «1» сентября 2014 г.

**Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности**

10-11 класс

Составитель: Пудова Ю.А.

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности разработана на основе федерального компонента государственного стандарта Министерства образования России от 5.03.2004 года № 1089 общего образования в соответствии с законом РФ «Об образовании» от 10.07.1992г. № 3266-1 (с изменениями на 1.12.2007г.); «О безопасности дорожного движения» от 10.12.1995г. № 196 (с изменениями на 30.12.2008г.); «О пожарной безопасности» от 21.12.1994г. № 69 (с изменениями на 22.07.2008г.); «О чрезвычайном положении» от 30.05.2001г. № 3 (с изменениями на 7.03.2005г.); «О радиационной безопасности населения» от 5.12.1994г. (с изменениями на 22.08.2004г.); «Об обороне» от 31.05.1996г. № 61 (с изменениями на 19.06.2007г. № 103); «О противодействии терроризму» от 27.07.2006г. № 153.

Рабочая программа предназначена для реализации Государственных требований к уровню подготовки выпускников средней (полной) общей школы.

Курс ОБЖ разработан согласно федеральному базисному плану на основе Примерной программы среднего (полного) общего образования по предмету и авторской программы по ОБЖ для 10-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова.

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю) и включает теоретические и практические знания.

Структура курса:

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни
2. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.
3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.
4. Основы военной службы.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах направлено на достижение следующих **целей**:

- **воспитание** у обучающихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- **развитие** духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности граждан России по защите Отечества;

- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанности граждан по защите государства;

- **формирование умений**: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся должен

знать:

- основные определения понятия «здоровья» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- перечислять последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
- **использовать** приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - ведения здорового образа жизни;
 - действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - пользования бытовыми приборами;
 - использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
 - пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
 - соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
 - соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
 - соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
 - соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
 - оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
 - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
 - подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе;

Методы, технологии и формы контроля.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния
- ;— соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;
- учебные сборы на базе воинской части по основам военной службы с учащимися — юношами 10 классов;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Формы контроля. Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса. Большое внимание уделяется практическим работам. К урокам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работ..

Учебно-тематический план 10 класс.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Кол-во часов
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни: ПДД, ПБ,	5
2.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	10
3.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	8
4.	Основы военной службы.	11
	Итого	34

Содержание учебной программы по основам безопасности жизнедеятельности (10 класс).

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов)

1.1. ПДД.

Обязанности пешеходов. Что значит оценка дорожных ситуаций.

Повторение всех обязанностей пешеходов в соответствии с разделом Правил дорожного движения РФ. Систематизация знаний по навыкам предвидения и предупреждения возникновения дорожных «ловушек». Оценка дорожных ситуаций: определение вида дороги, по которой двигается пешеход, определение участка дороги, где пешеход намерен перейти проезжую часть. Количество участников данного момента (какие транспортные средства представляют опасность, какие нет, сколько пешеходов идёт в попутном направлении, сколько во встречном, кто из участников дорожного движения уже допускает нарушение ПДД и т.д.) Умение сделать вывод о безопасности данной дорожной ситуации и роли участвовавшего в ней и его дальнейших действиях.

Группы дорожных знаков. Средства регулирования дорожного движения. «Чтение дороги».

Группы дорожных знаков. Их значение и способы применения. Другие средства регулирования дорожного движения (светофоры, дорожная разметка, сооружения и др.)

Система информирования участников дорожного движения с помощью дорожных знаков и средств регулирования.

«Чтение дороги» по видео- или фото- материалам реальных дорожных ситуаций. Что должен иметь «прочитать» пешеход, а что водитель.

Ответственность граждан за нарушение в сфере безопасности дорожного движения. Виды ответственности, действующие на территории РФ и в других странах. Ответственность граждан: административная, уголовная, гражданская. Ответственность несовершеннолетних участников дорожного движения.

1.2. ПБ

Причины возникновения пожаров. Первичные средства пожаротушения. Знаки безопасности. Системы автоматического пожаротушения и пожарной сигнализации. Практическое занятие: «Действия при пожаре в школе».

знать:

- основные определения понятия «здоровья» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

уметь:

- перечислять последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;

- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;

2. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях(10 часов)

2.1 Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения(5 часов).

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.

Практическое занятие. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движение по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практическое занятие. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Практическое занятие. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи. РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые и обязанности граждан. защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от ЧС.

Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права.

2.2. Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны(5 часов).

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления гражданской обороной.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.

Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о ЧС, примерное её содержание, действия населения по сигналам оповещения о ЧС.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

Практическое занятие. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зоне заражения.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Организация ГО в общеобразовательном учреждении, её предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

знать:

- основные определения понятия «здоровья» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- перечислять последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
- **использовать** приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;

3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (8 часов)

3.1 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 часа)

Сохранение и укрепление здоровья-важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья-социальная потребность общества.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекции. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

3.2. Основы здорового образа жизни (5 часов)

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни-индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правового режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физические и духовные качества.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учёт влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепления его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

знать:

- основные определения понятия «здоровья» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

уметь:

- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- **использовать** приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- ведения здорового образа жизни;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;

4. Основы военной службы (11 часов)

4.1. Вооружённые Силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества (5 часов)

История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

Организация Вооружённых Сил Московского государства в 14-15 веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине 16 века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине 19 века, создание массовой армии.

Создание советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение.

Вооружённые Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооружённых Сил. Виды вооружённых Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в состав ВВС.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО в составе ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение. Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооружённых Сил.

Вооружённые Силы РФ – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооружёнными Силами. Реформа Вооружённых Сил, её этапы и их основное содержание.

Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

4.2. Боевые традиции Вооружённых Сил России (3 часа)

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего-защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов-основное содержание патриотизма.

Воинский долг-обязанность Отечеству по его вооружённой защите. Основные составляющие личности военнослужащего-защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

Памяти поколений – дни воинской славы России.

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

4.3. Символы воинской чести (3 часа)

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части – особо почётный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

История государственных наград за военные отличия и заслуги в бою и военной службе.

Основные государственные награды за военные отличия в России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.

знать:

- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
 - состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
 - основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу и пребывания в запасе;
 - особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- использовать** приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе;

5. Основы военной службы (практическое занятие) (40 часов)

Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, её боевым путём подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъём, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

Организация караульной службы, обязанности часового.

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

Строевая подготовка.

Отработка строевых приёмов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Огневая подготовка.

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

Тактическая подготовка.

Основные виды боя. Действия солдат в бою, обязанности солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывание и маскировки.

Физическая подготовка.

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ (10 класс).

№ п/п	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		Раздел	Тема
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	5	
1.1	Обязанности пешеходов. Что значит оценка дорожных ситуаций.		1
1.2	Группы дорожных знаков. Средства регулирования дорожного движения. «Чтение дороги».		1
1.3	Ответственность граждан за нарушение в сфере безопасности дорожного движения.		1
1.4	Причины возникновения пожаров. Первичные средства пожаротушения. Знаки безопасности. Системы автоматического пожаротушения и пожарной сигнализации.		1
1.5	Практическое занятие: «Действия при пожаре в школе».		1
2.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	10	
2.1.	Опасные и ЧС возникающие в повседневной жизни.	5	
	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.		1
	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.		1
	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.		1
	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.		1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.		1
2.2.	Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны.	5	
	ГО, основные понятия и определения, задачи ГО		1
	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.		1
	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.		1

	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты.		1
	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательном учреждении.		1
3.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	8	
3.1.	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	3	
	Сохранение и укрепление здоровья-важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности		1
	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.		2
3.2.	Основы здорового образа жизни.	5	
	Здоровый образ жизни и его составляющие.		1
	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.		1
	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.		1
	Вредные привычки, их влияние на здоровье.		1
	Профилактика вредных привычек.		1
4.	Основы военной службы.	11	
4.1.	Вооружённые силы РФ-защитники нашего Отечества.	5	
	История создания Вооружённых Сил РФ.		1
	Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, рода войск.		1
	История их создания и предназначение.		1
	Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооружённых Сил.		1
	Другие войска, их состав и предназначение.		1
4.2.	Боевые традиции вооружённых Сил России.	3	
	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества.		1
	Памяти поколений-дни воинской славы России.		1
	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений.		1
4.3.	Символы воинской чести.	3	
	Боевое Знамя воинской части-символ воинской чести, доблести и славы.		1
	Ордена-почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		1
	Ритуалы Вооружённых Сил РФ.		1
5.	Основы военной службы (практические занятия)	40	
	Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.		
	Размещение и быт военнослужащих.		
	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.		
	Организация караульной службы, обязанности часового.		
	Строевая подготовка.		
	Огневая подготовка.		
	Тактическая подготовка.		
	Физическая подготовка.		
	Итого часов:	34	

Учебно-тематический план 11 класс.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Кол-во часов
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни: ПДД, ПБ,	5
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
3.	Основы военной службы.	19
	Итого	34

Содержание программы по ОБЖ (11 класс)

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни(5 часов)

1.1.ПДД.

Система организации дорожного движения. Изучение и анализ схемы организации дорожного движения в районе школы. Термины: дорожное движение (в соответствии с Федеральным Законом «О безопасности дорожного движения»). Понятие схемы организации дорожного движения, её составляющие и основополагающие принципы. Понятие о системности движения по дорогам общего пользования. Изучение и анализ схем организации дорожного движения на различных участках (по фото - или видео - материалам) и схемы в районе школы.

Дорожное движение – система социальных взаимоотношений. Контроль в сфере дорожного движения.

Система «дорога – транспорт – человек». Значение «человеческого фактора» в вопросах обеспечения безопасности дорожного движения. Значение культуры поведения в предотвращении возникновения аварийных ситуаций. Взаимоотношения, возникающие

в процессе дорожного движения: гражданин – гражданин, гражданин – организация, организация – организация. Организации, осуществляющие контроль в сфере безопасности дорожного движения.

Дорожно – транспортное происшествие (ДТП). Понятие статистика, последствия. Правила поведения при ДТП.

Термины: дорожно – транспортное происшествие, участник ДТП. Виновный в ДТП, пострадавший в ДТП.

Понятие ДТП, их виды. Участники ДТП. Основные причины ДТП. Статистика ДТП по Курганской области, другим регионам. Последствия ДТП для участников и транспортных средств.

Правила поведения при ДТП:

- участников;
- виновных лиц;
- потерпевших;
- свидетелей и очевидцев.

1.2.ПБ.

знать:

- основные определения понятия «здоровья» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

уметь:

- перечислять последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминального характера;
использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;

2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни(10 часов).

2.1. Основы здорового образа жизни(5 часов)

Правила личной гигиены и здоровья.

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный, материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики.

Инфекции, передаваемые половым путём, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики.

Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

СПИД и его профилактика.

ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД – это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ – инфекцией.

Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья. Основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов.

Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

Знать:

- правила личной гигиены;
- связь гигиены и физической культуры;
- роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;
- основные положения законодательства о семье и браке.

2.2. Основы медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи(5 часов)

ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте (практикум).

Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте.

ПМП при ранениях (практикум).

Виды ран и общие правила оказания ПМП. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

ПМП при травмах (практикум).

ПМП при травмах опорно – двигательного аппарата. Профилактика травм опорно – двигательного аппарата. ПМП при черепно-мозговой травме. ПМП при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

ПМП при остановке сердца.

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

Знать:

- симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности;
- правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;
- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.

Уметь:

- оказание помощи при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания.

3. Основы военной службы(19 часов)

3.1. Воинская обязанность(6 часов)

Основные понятия о воинской обязанности.

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержание. Воинский учёт, 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 учёта и его предназначение.

Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту.

Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт.

Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодёжи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.)

Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Занятия военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в ОУ среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ОУ высшего профессионального образования.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт.

Организация мед. освидетельствования и мед. обследования при первоначальной постановке их на воинский учёт.

Предназначение мед. освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учёт.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Увольнение с военной службы. Запас Вооружённых Сил РФ, его предназначение. Порядок освобождения граждан от военных сборов.

Знать:

— порядок определения годности к военной службе;

— цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;

— назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе;

— порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.

3.2. Особенности военной службы (7 часов)

Правовые основы военной службы.

Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, 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 Вооружённых Сил РФ – закон воинской жизни.

Общевоинские уставы – нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооружённых Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил РФ,

Дисциплинарный устав Вооружённых Сил РФ. Строевой устав Вооружённых Сил РФ, их предназначение и основные положения.

Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.

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.

Прохождение военной службы по призыву.

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление 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 Вооружённых Сил РФ. Военная форма одежды.

Прохождение военной службы по контракту.

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.

Права и ответственность военнослужащих.

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, её 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.)

Альтернативная гражданская служба.

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Знать:

— структуру и содержание общевоинских уставов;

— условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге;

— организацию призыва на военную службу;

— порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения; особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой

Уметь:

— работать с правовыми документами.

3.3. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил (6 часов)

Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить своё воинское звание – защитник Отечества: любовь к Родине, её 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 России, народа и Отечества.

Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

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. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооружённых Сил и родах войск.

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчёта).

Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Единоначалие – принцип строительства Вооружённых Сил РФ. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, – постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убеждённость в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

Как стать офицером Российской армии.

Основные виды военных ОУ профессионального образования.

Правила приёма граждан в военные ОУ профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил РФ.

Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил РФ.

Участие Вооружённых 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.

Знать:

- требования к воину-специалисту;
- порядок подготовки по воинским специальностям;
- понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;
- требования, предъявляемые к офицеру военной службой;
- важнейшие положения международного права войны.

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ (11 класс).

№	Наименование раздела, темы и уроки	Кол-во часов	
		Раздел	Темы
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	5	
1.1	Система организации дорожного движения. Изучение и анализ схемы организации дорожного движения в районе школы.		1
1.2	Дорожное движение – система социальных взаимоотношений. Контроль в сфере дорожного движения.		1
1.3	Дорожно – транспортное происшествие (ДТП). Понятие статистика, последствия. Правила поведения при ДТП.		1
1.4	Правила противопожарной безопасности.		1
1.5.	Правила противопожарной безопасности.		1
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	10	
2.1.	Основы здорового образа жизни.	5	
	Правила личной гигиены и здоровья.		1
	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.		1
	Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики.		1
	СПИД и его профилактика.		1
	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.		1
2.2.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.	5	
	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практикум).		1
	Первая медицинская помощь при ранениях (практикум).		1
	Первая медицинская помощь при травмах (практикум).		1
	Первая медицинская помощь при остановке сердца.		1
	Первая медицинская помощь при травмах (практикум).		1
3.	Основы военной службы.	19	
3.1.	Воинская обязанность.	6	
	Основные понятия о воинской обязанности.		1
	Организация воинского учёта и его предназначение.		1
	Обязательная подготовка граждан к военной службе.		1
	Добровольная подготовка граждан к военной службе.		1
	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт.		1
	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.		1

3.2.	Особенности военной службы.	7	
	Правовые основы военной службы.		1
	Общевоинские уставы Вооружённых Сил РФ – закон воинской жизни.		1
	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.		1
	Прохождение военной службы по призыву.		1
	Прохождение военной службы по контракту.		1
	Права и ответственность военнослужащих.		1
	Альтернативная гражданская служба.		1
3.3.	Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил.	6	
	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.		1
	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.		1
	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально – психологическим и профессиональным качествам гражданина.		1
	Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		1
	Как стать офицером Российской армии.		1
	Международная (мировотворческая) деятельность Вооружённых Сил РФ.		1
	Итого	34	

Список литературы.

Литература для учащихся:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2012- 10 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников
2. «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2012- 11 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников

Дополнительная литература:

Для учителя

- Обеспечение комплексной безопасности в образовательном учреждении. Методика. Под ред. Антоновой Л.Н.; М. «Айрис-Пресс» 2006
- Преподавание ОБЖ в школе и средних специальных образовательных учреждениях. Методическое пособие. Хромов Н.И.; М. «Айрис-Пресс» 2008
- Организация преподавания курса ОБЖ в школе. Сборник нормативно- правовых и учебно-методических материалов. Под ред. Мишина Б.И.; М. «Вентана-Граф» 2008
- Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма. Уроки и внеклассные мероприятия. Под ред. Шумилова В.В. Волгоград, изд. «Учитель» 2006 г.
- Пожарная безопасность в общеобразовательных учреждениях. Нормативные документы и акты. Под ред. Павлова О.В. Волгоград, изд. «Учитель» 2006г.

Для обучающихся

- Энциклопедия. Я познаю мир. М.: ООО «Издательство АСТ», 2003
 - Цвиллюк А.Г. Азы личной безопасности. – М.: Просвещение, 1997.
 - Правила дорожного движения Российской Федерации с цветными иллюстрациями. – М.: Мир Автокниг, 2006
 - Правила дорожного движения для детей. Надеждина В.; М. «Аст» 2006
- Экология: энциклопедия для детей. М.: Аванта 2001.

Интернет –источники:

- <http://www.it-n.ru/communities> – Сообщество учителей безопасности жизнедеятельности;
- <http://www.shkolazhizni.ru/tag> - Школа жизни. Материалы по безопасности, стихийным бедствиям и чрезвычайным ситуациям;
- <http://www.school.holm.ru/predmet/obg> - Ссылки по учебным предметам: ОБЖ;
- <http://www.afestival.1september.ru/subjects/12> - Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ;
- <http://www.uroki.net/dokobgd/htm> – Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;
- <http://www.4students.ru/search>– Рефераты по безопасности жизнедеятельности
- <http://www.uroki.net/>
- <http://www.obzh.ru/>
- <http://www.school-obz.org/>
- <http://www.metodichka.net/>