

Приложение  
К образовательной программе  
среднего общего образования  
МБОУ гимназия №3г. Грязи  
Утвержденной приказом  
От 31.08.2020 №153

Директор МБОУ гимназия №3  
Ананских А.М.

**Рабочая программа учебного предмета  
«ОБЖ»  
для 10 - 11 классов**

**г.Грязи**

## 1. Планируемые результаты.

### Предметные результаты

*Ученик научится на базовом уровне:*

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
  - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
  - классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
  - классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
  - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
  - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
  - оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
  - характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
  - классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
  - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
  - адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
  - выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
  - безопасно использовать ресурсы интернета;
  - анализировать состояние своего здоровья;
  - определять состояния оказания неотложной помощи;
  - использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
  - классифицировать средства оказания первой помощи;
  - оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
  - извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
  - оказывать первую помощь при различных видах травм.
- Ученик получит возможность научиться на базовом уровне:*
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
  - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
  - готовиться к туристическим поездкам;
  - адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;

## **2. Содержание учебной программы**

### **10 класс**

#### **Основы безопасности личности, общества и государства.**

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших действия. Ориентирование на местности. Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в ЧС природного и техногенного характера. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

**Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.**

Предназначение и задачи ГО. Структура и органы ГО. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Оповещение и информирование

населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Коллективные средства защиты. Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты кожи. Медицинские средства защиты. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ.

#### **Основы медицинских знаний.**

Основные понятия о здоровье и его составляющие. Факторы влияющие на здоровье человека. Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний. Внешние признаки инфекционного заболевания.

#### **Основы здорового образа жизни.**

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и работоспособность человека. Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания. Сердечно-дыхательная выносливость. Мышечная сила и выносливость. Скоростные качества и гибкость. Правила личной гигиены.

#### **Основы военной службы**

Вооружённые Силы РФ – защитники нашего Отечества. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооружённых Сил. Обороноспособность государства. Основные функции системы безопасности Российской Федерации. Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Родины. Дни воинской славы России. Ледовое побоище. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия. Ритуалы ВС РФ.

### **11 класс**

#### **Основы безопасности личности, общества и государства.**

**Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.**

Кровотечения. Ранения. Виды ран. Травмы опорно-двигательного аппарата. Черепно-мозговые травмы и повреждения позвоночника. Травмы груди, живота и области таза. Первая медицинская помощь при травматическом шоке. Первая медицинская помощь при остановке сердца, острой сердечной недостаточности и инсульте.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Болезни передаваемые половым путём. Болезни передаваемые половым путём. СПИД и его профилактика.

## Основы военной службы

Основные понятия о воинской обязанности. Исполнение военной службы в Российской Федерации. Воинский учет. Подготовка граждан к военной службе. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации. Федеральные законы в области обороны. Общевоинские уставы Вооруженных Сил. Военная присяга – клятва воина на верность Родине-России. Прохождение военной службы. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил РФ. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих.

Военнослужащий – патриот своего Отечества. Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности. Система военного образования Российской Федерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Международное гуманитарное право.

### 3. Тематическое планирование.

#### 10 класс

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов
1.	Основы безопасности личности общества и государства.	11
2.	Основы медицинских знаний и ЗОЖ.	4
3.	Обеспечение военной безопасности государства.	20

#### 11 класс

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	Основы безопасности личности общества и государства.	5
2.	Основы медицинских знаний и ЗОЖ.	7
3.	Обеспечение военной безопасности государства.	23

Приложение №1

Календарно-тематическое планирование материала  
по основам безопасности жизнедеятельности в 10 классе.

На 2020-2021 учебный год

Учитель: Макаров А.В.

Пояснительная записка.

Урок повторения с конца 2020-2021 учебного года перенести на начало учебного года.

№ ур ока	Название темы (раздела)	Кол-во ч-в	Дата		Приме- чание
			пл ан	факт	

I полугодие

**Раздел I Основы безопасности личности общества и государства.**

1	Повторение по темам «Семья. ПП»	1	3с		
2	ПДД. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Правила поведения в условиях вынужденной автономии.	1	11		
3	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	1	18		
4	Военные опасности РФ. Черты современных конфликтов.	1	25		
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Нормативно-правовая база РФ.	1	2о кт		
6	Терроризм. Экстремизм.	1	8		
7	Противодействие терроризму и экстремизму.	1	15		
8	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом.	1	22		
9	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму.	1	29		
10	Уголовная ответственность за терроризм и экстремизм.	1	5н оя		
11	Поведение при теракте.	1	12		

**Раздел II Основы медицинских знаний и ЗОЖ.**

12	Сохранение и укрепления здоровья. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	19		
13	ЗОЖ Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1	26		
14	Значение двигательной активности и закаливания и закаливания организма для здоровья человека.	1	3 де к		
15	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	17		

**Раздел III Обеспечение военной безопасности государства.**

16	ГО. Основные виды оружия.	1	24		
----	---------------------------	---	----	--	--

II полугодие

17	Оповещение населения. Инженерная защита.	1	15 ян в		
18	СИЗ Аварийно-спасательные работы. ГО в школе.	1	22		
19	ВС РФ. Дни воинской славы	1	29		
20	Состав ВС РФ.	1	5ф ев р		
21	СВ. ВКС. ВМФ. РВСН. ВДВ. Другие войска.	1	12 19		
22		1	19		
23	Патриотизм и верность воинскому долгу.	1	26		



24	Дружба и войсковое товарищество.	1	5м арт		
25	Размещение военнослужащих. Распределение времени. Сохранение и укрепление здоровья.	1	12		
26	Суточный наряд. Дежурный по роте. Дневальный по роте.	1	19		
27 28	Караульная служба. Часовой и его обязанности.	1	9 16 а п р		
29	Строевая подготовка	1	16		
30	Воинское приветствие.	1	23		
31	Строй отделения.				
32	Автомат Калашникова	1 1	30 7м ай		
33	Неполная разборка Автомата Калашникова.	1	14		
34	Современный бой обязанности солдата в бою. Итоговое повторение.	1	21		

Календарно-тематическое планирование по  
основам безопасности жизнедеятельности 11 класс (34 часов).

На 2020-2021 учебный год.

Учитель: Макаров А.В.

Пояснительная записка.

Урок повторения с конца 2020-2021 учебного года перенести на начало учебного года.

№ ур ок а	Название темы (раздела)	Кол-во ч-в	Дата		Приме- чание
			пл ан	факт	
I полугодие					
<b>Раздел I Основы безопасности личности общества и государства.</b>					
1	Повторение по темам «Караульная служба, автомат Калашникова.	1	3с		
2	Правила личной гигиены	1	11		
3	СПИД и его профилактика. Заболевания, передаваемые половым путем.	1	18		
4	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1	25		
5	Психологическое состояние человека.	1	2о кт		
<b>Раздел II Основы медицинских знаний и ЗОЖ.</b>					
6	Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте.	1	8		
7	Первая помощь при ранениях.	1	15		

8	Первая помощь при травмах.	1	22		
9	Первая помощь при травмах.	1	29		
10	Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.	1	5н оя		
11	Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.	1	12		
12	Первая помощь при ранениях.	1	19		
<b>Раздел III Обеспечение военной безопасности государства.</b>					
13	Основные сведения о воинской обязанности.	1	26		
14	Организация воинского учета.	1	3 де к		
15	Обязательная подготовка молодежи к военной службе.	1	17		
16	Добровольная подготовка молодежи к военной службе.	1	24		
II полугодие					
17	Освидетельствование граждан.	1	15 ян в		
18	Войны в истории человечества и России.	1	22		
19	Правовые обязанности военной службы.	1	29		
20	Исполнение обязанностей военной службы.	1	5ф ев р		
21	Закон «Об обороне».	1	12		
22	Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащего.	1	19		
23	Уставы ВС РФ.	1	26		
24	Военная присяга. Ритуалы ВС РФ.	1	5м арт		
25	Организация призыва на военную службу.	1	12		
26	Прохождение военной службы по призыву.	1	19		
27	Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	1	9		
28			16 ап р		
29	Воинские звания военнослужащих ВС РФ.	1	16		
30	Военная форма одежды. Боевое знамя. Ордена и медали.	1	23		
31	Прохождение военной службы по контракту.	1	30		
32	Альтернативная гражданская служба.  Требования, предъявляемые к призывнику.	1	7м ай		

33	Военнослужащий патриот. Офицер. Требования, предъявляемые к офицеру.	1	14		
34	Международная миротворческая деятельность. Международное гуманитарное право. Итоговое повторение.	1	21		