

Рассмотрено на заседании ПМК
Пр. № 1 от 26 августа 2021 г
Руководитель предметной
методической комиссии

составлена на основе федерального
государственного образовательного стандарта

01-25

Принято на заседании
педагогического совета
Пр. № 9 от 27 августа 2021 г.

«Утверждаю»
Директор школы № 69

_____ А.А.Лаврентьева

Рабочая программа
по ОБЖ
для 10-11 классов

ОЧНАЯ
(форма обучения)

Составители:
Титова Р.К.

2021 - 2022
учебный год

Название учебного предмета (курса)	ОБЖ
Класс(ы)	10-11 классы
Количество часов	34 часа в каждом классе
Цель, задачи программы	<p>Цели программы: овладение знаниями о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, влиянии их последствий на безопасность личности, общества, государства; формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, здорового образа жизни, индивидуальной системы защищенности жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз и умения оказывать первую помощь при неотложных состояниях; формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из разных источников, в том числе из Интернета; освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, формирование умений принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки индивидуальных возможностей. формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения.</p>
	<p>Задачи программы: 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; об обязанностях граждан по защите государства; воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.</p>
УМК	<p>1. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. - М.: Просвещение, 2001-160 с. : 8 л. 4 л. 2. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Изд. Астрель»: 2004 - 382, [2] с. 3. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. /А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. - М.: Просвещение, 2001-160 с.: 8 л. ил.. 4. Федеральные законы Российской Федерации «О Гражданской обороне», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона РФ» «Об образовании», «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с сокращением срока военной службы по призыву » // Собрание законодательства РФ: официальное издание. - М., 1998-2007. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 кл.: пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ. Общеобразовательных учреждений/А.Т. Смирнов, М.В. Маслов; под общ.ред. А.Т. Смирнова.- М.: Просвещение , 2002</p>

Пояснительная записка к рабочей программе по ОБЖ для 10-11 классов Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 10-11 классы составлена с учетом учебного плана основного общего образования МБОУ «СОШ № 69 с углубленным изучением отдельных предметов» и на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17.12.2010 г. № 1897 с изменениями.);
- Примерной основной образовательной программой общеобразовательного учреждения, (Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15) для 5-9 классов;
- Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 31.03.2014г. № 253;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
- Устав школы.

Ориентиром для разработки данной программы явилась Примерная программа основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности авторов Фролов М.П., Юрьева М.В. Согласно действующему учебному плану, программа предусматривает обучение в объеме 68 часов, 1 час в неделю. На основании примерной типовой программы, требований к минимальному объему содержания учебного материала, в ней реализуется базовый уровень.

Цели программы овладение знаниями о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, влиянии их последствий на безопасность личности, общества, государства;
формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, здорового образа жизни, индивидуальной системы защищенности жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз и умения оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из разных источников, в том числе из Интернета; освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, формирование умений принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки индивидуальных возможностей. формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения.

Задачи программы:

- **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; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в

чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Формы и методы создания здоровьесберегающей среды на уроках, а также формирование культуры здорового и безопасного образа жизни

Снятие эмоционального напряжения.

Использование игровых технологий, оригинальных заданий и задач, введение в урок отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить

психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности.

Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести **технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.**

Личностно-ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности:

проблемных творческих заданий; стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий; применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую); рефлексия (обсуждение того, что получилось, а что - нет, в чем были ошибки, как они были исправлены).

Применение игровых технологий на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Для активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся следует организовывать **работу в группах**. Организуется такая работа по-разному: места размещаются так, чтобы ученики могли видеть лица друг друга, или, ученики работают стоя. Малоподвижность во время урока негативно влияют на здоровье учащихся. Учитывая это, не стоит требовать от учеников сохранения неподвижной позы в течение всего урока. Особую роль играют **физкультминутки**. Они помогают снять статическое утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление. Часто упражнения для физкультминутки органически вплетаются в канву урока.

Дифференцированное обучение позволяет снять трудности у слабых учащихся и создать благоприятные условия для развития сильных. Для медлительных детей следует снизить темп опроса, не торопить, дать время на обдумывание, подготовку, создавать условия, чтобы его деятельность соответствовала его индивидуальному темпу. При дифференцированном обучении каждый ребенок получает от урока только положительные эмоции, ощущает комфорт, защищенность и испытывает интерес к учебе.

Формы и методы работы с одаренными детьми на уроках основ безопасности жизнедеятельности, являются, в том числе, условиями и средствами формирования у учащихся их

универсальных учебных действий:

Учебное сотрудничество

На ступени основного общего образования дети активно включаются в совместные занятия. Хотя учебная деятельность по своему характеру остаётся преимущественно *индивидуальной*, тем не менее *вокруг* неё нередко возникает настоящее сотрудничество обучающихся: дети *помогают* друг другу, осуществляют *взаимоконтроль* и т. д.

В условиях *специально организуемого учебного сотрудничества* формирование коммуникативных действий происходит более интенсивно (т. е. в более ранние сроки), с более высокими показателями и в более широком спектре.

Совместная деятельность

Под совместной деятельностью понимается обмен действиями и операциями, а также вербальными и невербальными средствами между учителем и учениками и между самими обучающимися в процессе формирования знаний и умений.

Общей особенностью совместной деятельности является преобразование, перестройка позиции личности как в отношении к усвоенному содержанию, так и в отношении к собственным взаимодействиям, что выражается в изменении ценностных установок, смысловых ориентиров, целей учения и самих способов взаимодействия и отношений между участниками процесса обучения.

Проектная деятельность обучающихся как форма сотрудничества Возраст детей 8-9 классов является исключительно благоприятным периодом для развития коммуникативных способностей и *сотрудничества, кооперации* между детьми, а также для вхождения в проектную (продуктивную) деятельность. Исходными умениями здесь могут выступать: соблюдение договорённости о правилах взаимодействия (один отвечает — остальные слушают); оценка ответа товарища только после завершения его выступления; правила работы в группе, паре; действия обучающихся на основе заданного эталона и т. д.

Целесообразно разделять разные типы ситуаций сотрудничества:

1. Ситуация *сотрудничества со сверстниками с распределением функций*.
2. Ситуация *сотрудничества со взрослым с распределением функций*.
3. Ситуация *взаимодействия со сверстниками без чёткого разделения функций*.
4. Ситуация *конфликтного взаимодействия со сверстниками*.

Дискуссия

Диалог обучающихся может проходить не только в устной, но и в письменной форме. На определённом этапе эффективным средством работы обучающихся со своей и чужой точками зрения может стать *письменная дискуссия*.

Тренинги

Наиболее эффективным способом психологической коррекции когнитивных и эмоционально-личностных компонентов рефлексивных способностей могут выступать разные формы и программы *тренингов* для подростков.

Общий приём доказательства

Доказательства могут выступать в процессе обучения в разнообразных функциях: как средство развития логического мышления обучающихся; как приём активизации мыслительной деятельности; как особый способ организации усвоения знаний; иногда как единственно возможная форма адекватной передачи определённого содержания, обеспечивающая последовательность и непротиворечивость выводов; как средство формирования и проявления поисковых, творческих умений и навыков учащихся. *Рефлексия*

В наиболее широком значении рефлексия рассматривается как специфически человеческая способность, которая позволяет субъекту делать собственные мысли, эмоциональные состояния, действия и межличностные отношения предметом специального рассмотрения (анализа и оценки) и практического преобразования. Задача рефлексии — осознание внешнего и внутреннего опыта субъекта и его отражение в той или иной форме.

Педагогическое общение

Наряду с учебным сотрудничеством со сверстниками важную роль в развитии коммуникативных действий играет сотрудничество с учителем, что обуславливает высокий уровень требований к качеству педагогического общения. Хотя программное содержание и формы образовательного процесса за последние 10—15 лет претерпели существенные изменения, стиль общения «учитель

— ученик» не претерпел столь значительных изменений. В определённой степени причиной этого является ригидность педагогических установок, определяющих авторитарное отношение учителя к обучающемуся.

Формы и методы работы с детьми с особыми возможностями здоровья (ОВЗ)

При составлении рабочей программы предусмотрены формы и методы работы с детьми с особыми возможностями здоровья в опоре на метапредметные технологии:

- нахождение ключевых моментов в тексте при чтении параграфа,
- составление плана по прочитанному учебному материалу,
- ответы на вопросы параграфа.

В качестве основных методов обучения используется рассказ, беседа, практические занятия в форме сюжетных игр, ситуационный способ обучения, ролевые игры.

Планируемые предметные результаты освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- 2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- 3) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

- 1) владение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- 2) владение обучающимися навыками самостоятельно 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;
- 3) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- 4) приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- 5) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- 6) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 7) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- 8) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

Предметные результаты

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
 - 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 - 4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
 - 5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
 - 6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
 - 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
 - 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
 - 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
 - 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
 - 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
 - 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
 - 14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Содержание предмета ОБЖ в 10 классе

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (18 часов)

Правила безопасного поведения в быту, в школе, на улице. Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Правила пожарной безопасности в быту.

Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях вынужденного автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Отработка навыков безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Понятие о преступлении. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Уголовная ответственность за угон автомобиля. Административная и уголовная ответственность за нарушение правил дорожного движения

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Краткая характеристика наиболее вероятных чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного и техногенного характера на территории Удмуртской Республики: аварии с выбросом аварийно

химически опасных веществ, радиационные аварии, пожары, внезапные разрушения конструкций зданий, взрывы взрывного устройства, ураганы, смерчи, наводнения, резкие похолодания, сильные снегопады и метели, эпидемии массовых заболеваний. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС. Правила и обязанности граждан в области защиты от ЧС на территории Удмуртской Республики.

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральный закон «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера», Закон РФ «О безопасности», Федеральные законы «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне» и др.). Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от ЧС: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ по предназначению и по воздействию на организм. Химически опасные районы на территории Удмуртской Республики.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

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.

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

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

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Аварийно-спасательные формирования в Удмуртской Республике и порядок их вызова.

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

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 часов)

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.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний. Природоочаговые инфекции на территории Удмуртской Республики. Природные очаги клещевого энцефалита и геморрагической лихорадки, меры по предупреждению этих опасных заболеваний.

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 правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

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

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

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

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 систему, сердечнососудистую систему. 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.

Раздел 3. Основы военной службы (9 часов)

Организация вооружённых сил Московского государства в XIV – XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение.

Вооружённые Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Виды Вооружённых Сил Российской Федерации, рода Вооружённых Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот: история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.

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

Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России, их состав и предназначение.

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.

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

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

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

Войсковое товарищество – боевая традиция российской армии и флота.

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.

История государственных наград за военные отличия в России.

Основные государственные награды СССР и России, звание «Герой Советского Союза», звание «Герой 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 отставку.

4. Практические занятия по основам военной службы на базе воинской части (34 часа)

Календарно-тематическое планирование 10 класс

№пп	Последовательность уроков в теме	Кол-во часов	Корректировка
	Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	19 ч	
1	1. Правила безопасного поведения в быту, в школе, на улице. ПДД	1	
2	2. Правовые основы борьбы с терроризмом.	1	
3	3. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	1	
4	4. Автономное существование человека в условиях природной среды	1	
5	5. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера	1	
6-7	6-7. Уголовная ответственность несовершеннолетних	2	
8	8. Правила безопасного поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. Особенности ЧС в Удмуртской Республике	1	
9	9. Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. ПДД. Административная и уголовная ответственность водителей за нарушения ПДД.	1	
10	10. Гражданская оборона как система мер по защите	1	

	населения в военное время		
11-12	11-12. Современные средства поражения и их поражающие факторы	2	
13	13. Контрольная работа по темам: «Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время», «Современные средства поражения и их поражающие факторы»	1	
14	14. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.	1	
15	15. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС ПДД: Контрольное занятие	1	
16-17	16-17. Средства индивидуальной защиты населения	2	
18	18. Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС	1	
	Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	6	
19	19. Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни	1	
20-21	20-21. Основные инфекционные заболевания и их профилактика	2	
22	22. Здоровый образ жизни и его составляющие	1	
23	23. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1	
24	24. Контрольная работа по теме: «Основы здорового образа жизни»	1	
	Раздел 3. Основы военной службы	9	
25	25. История создания Вооруженных Сил России.	1	
26-27	26-27. Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение	2	
28	28. Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1	
29	29. Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение	1	
30-31	30-31. Боевые традиции Вооружённых Сил России	2	
32	32. Контрольная работа по темам: «Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества» и «Боевые традиции Вооружённых Сил России»	1	
33	33. Символы воинской чести	1	
	4. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	1	
34	34. Практические занятия по основам военной службы на базе воинской части ПДД: Итоговое занятие	1	
Итого	34		

Содержание предмета ОБЖ в 11 классе

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания (2 часа)

1. Правила безопасного поведения в быту, в школе, на улице. Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Правила пожарной безопасности.
2. Правила безопасного поведения при угрозе осуществления террористического акта. Меры безопасности при химическом и биологическом терроризме. Законодательные акты по борьбе с терроризмом.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 часов)

1. Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Понятия об очищении организма.
2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни. Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.
3. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей и детей.
4. Болезни, передаваемые половым путём, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИД. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.
5. Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, возможные причины и возникновение. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
6. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.
7. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.
8. Первая помощь при черепно-мозговой травме. Первая помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника. Первая помощь при травматическом шоке.
9. Понятие о клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

Раздел 3. Основы военной службы (18 часов)

1. Военская обязанность, определение воинской обязанности и её содержания. 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.
2. Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт.
3. Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодёжи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей. Требования к физическому развитию выпускников.
4. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки

офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

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

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

7. Военная служба – особый вид федеральной государственной и вопросы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Основные законодательные и нормативные правовые акты, регулирующие вопросы обороны и военного строительства. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву.

8. 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.

9. 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.

10. Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

11. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы.

Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил РФ. Военная форма одежды.

12. 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.

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

Воинская 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.).

14. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить своё воинское звание – защитника 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 в России, народа и Отечества.

15. 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.

16. 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).

17. 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.

18. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил РФ.

Календарно-тематическое планирование 11 класс

Кол-во часов	Последовательность уроков в теме	Кол-во часов	Корректировка
	Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания	2 ч	
1	1. Правила безопасного поведения в быту, в школе, на улице. ПДД	1	
2	2. Правила безопасного поведения при угрозе совершения террористического акта	1	
	Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14 ч	
3	3. Правила личной гигиены и здоровье	1	
4	4. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	1	
5	5. Семья в современном обществе. Законодательство о семье	1	
6	6. Болезни, передаваемые половым путём	1	
7-8	7-8. Первая помощь при кровотечениях и ранениях ПДД. Оказание первой помощи при ДТП	2	
9-10	9-10. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и их профилактика	2	
11	11. Контрольная работа по темам: «Первая помощь при кровотечениях и ранениях» и «Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата»	1	
12	12. Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника	1	
13	13. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота и области таза, при травматическом шоке	1	
14-15	14-15. Экстренная реанимационная помощь	2	

16	16. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте ПДД: Контрольное занятие	1	
	Раздел3. Основы военной службы	18	
17-20	17-20. Воинская обязанность	4	
21	21. Контрольная работа по теме «Воинская обязанность»	1	
22-26	22-26. Особенности военной службы	5	
27-30	27-30. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил России	4	
31	31. Контрольная работа по темам: «Особенности военной службы», «Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил России»	1	
32-33	32-33. Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов	2	
34	34. Психологические основы подготовки к военной службе ПДД: Итоговое занятие	1	
Итого	34		

Класс	№	Программа	Наименование учебника	Методические материалы для учителя	Дополнительная литература
10	1.	Примерная программа среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. Сборник нормативных документов. Основы безопасности жизнедеятельности /сост. Э. Д. Днепров, А. Г. Аркадьев. – 4-е изд., доп. – М.: Дрофа, 2008. – 77, [3] с	«Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс. Базовый уровень. В.П.Шолох, М.В.Юрьева, Б.И. Мишин; под редакцией Ю.Л.Ворбьева. ДРОФА*Астрель, Москва, 2018 г.	1. Евлахов В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 кл. – М.: Дрофа, 2010. – 80 с.	1. Акимов В.А., Ду-рнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.
				2. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: метод. пособие / В. Н. Латчук, В. В. Марков. – 7-е изд., перераб. – М.: Дрофа, 2011. – 126, [2] с.: ил.	2. Алексеев А. П. Правила дорожного движения 2016 с иллюстрациями / А. П. Алексеев. – Москва: Эксмо, 2015. – 160 с.: ил. – (Автошкола)
				3. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5 – 11 кл. : учеб.-метод. пособие / В. Н. Латчук, С. К. Миронов. – 5-е изд. стереотип. – М. : Дрофа, 2010. – 76, [4] с. : ил. – (Библиотека учителя).	3. Бойко А. Ф. Не ждите Первого Звонка! – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с., ил.
				Основы безопасности жизнедеятельности. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся. 10-11классы: Методическое пособие / Волокитин А.А., Грачев Н.И., Жильцов В.А. и др. - 3-е изд.,	4. Мильнер Е.Г. Формула жизни: Медико-биологические основы оздоровительной физической культуры. - М.: – Физкультура и спорт, 1991. 112 с., ил. – (Наука – здоровью).
11	2.	Примерная программа среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. Сборник нормативных документов. Основы безопасности жизнедеятельности / сост. Э. Д. Днепров, А. Г. Аркадьев. – 4-е изд., доп. – М.: Дрофа, 2008. – 77, [3] с.	«Основы безопасности жизнедеятельности» 11 класс. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов под редакцией Ю.Л. Ворбьева Астрель, Москва 2008 г	1. Евлахов В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 кл. – М.: Дрофа, 2010. – 80 с.	1. Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.
				2. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.: метод. пособие / В. Н. Латчук, В. В. Марков. – 7-е изд., перераб. – М.: Дрофа, 2010. – 156, [4] с.	2. Алексеев А. П. Правила дорожного движения 2016 с иллюстрациями / А. П. Алексеев. – Москва :Эксмо, 2015. – 160 с.: ил. – (Автошкола)
				3. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5 – 11 кл. : учеб.-метод. пособие / В. Н. Латчук, С. К. Миронов. – 3-е изд. стереотип. – М. : Дрофа, 2010. – 76, [4] с. : ил. – (Библиотека	4. Бубнов В. Г. Атлас добровольного спасателя: Первая медицинская помощь на месте происшествия: Учеб. пособие / В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова; Под ред. Г. А. Короткина. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 70 с. ил.

Контрольно-измерительные материалы 10 кл.

Контрольная работа № 1.

**Темы: «Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время»,
«Современные средства поражения и их поражающие факторы»**

Вариант 1.

1. Что такое современная гражданская оборона и каково её предназначение?
2. Какие основные задачи возложены на общеобразовательные учреждения в области предупреждения и ликвидации ЧС?
3. Назовите поражающие факторы ядерного взрыва. Каким образом они воздействуют на человека?
4. В каком виде могут быть применены боевые токсичные химические вещества и какими средствами они могут быть доставлены к цели?

Вариант 2.

1. Для выполнения каких основных задач предназначена гражданская оборона Российской Федерации?
2. Какие основные документы разрабатываются в общеобразовательном учреждении на случай возникновения ЧС?
3. Дайте определение боевых токсичных химических веществ. На какие виды они подразделяются в зависимости от воздействия на организм человека?
4. Что такое бактериологическое оружие? Какими способами оно может применяться?

Контрольная работа № 2.

Тема: «Основы здорового образа жизни»

Вариант 1.

1. Что такое здоровый образ жизни и каковы его составляющие?
2. Что понимается под режимом труда и отдыха и каковы его основополагающие принципы?
3. Какое из физических качеств имеет наибольшее значение для здоровья человека и какими физическими упражнениями оно развивается?

Вариант 2.

1. Какие основные элементы жизнедеятельности человека обеспечивают высокий уровень жизни?
2. Оценкой каких составляющих можно определить уровень физической формы человека? Дайте определение этих составляющих.
3. Каким образом влияют на организм человека закаливающие процедуры? Назовите основные виды закаливания.

Контрольная работа № 3.

**Темы: «Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества»,
«Боевые традиции Вооружённых Сил России»**

Вариант 1.

1. Дайте определение Вооружённых Сил государства. Из каких видов и других организационных структур состоят Вооружённые Силы Российской Федерации?
2. Что понимается под обороноспособностью государства и от каких факторов она зависит?
3. Что такое боевые традиции? Назовите важнейшие боевые традиции Российских Вооружённых Сил.

Вариант 2.

1. Назовите наиболее известные военные реформы, проведённые в России. Какими причинами обусловлена необходимость проведения военной реформы в Российской Федерации в настоящее время?
2. Что включают в себя силы обеспечения безопасности Российской Федерации?
3. Что вы понимаете под войсковым товариществом? В каких формах оно проявляется?

Контрольно – измерительные материалы 11 класс

Контрольная работа № 1

Темы: «Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях», «Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата»

Вариант 1

1. Назовите виды кровотечений и их характеристики.
2. Какие способы используют для временной остановки кровотечения?
3. Сформулируйте общие действия по оказанию ПМП при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.

Вариант 2

1. Назовите признаки наружного артериального и поверхностного венозного кровотечения.
2. Какие ошибки совершают оказывающие помощь при наложении кровоостанавливающего жгута?
3. Какие правила следует выполнять при наложении шины на место перелома?

Контрольная работа № 2

Тема: «Воинская обязанность»

Вариант 1

1. Что такое воинская обязанность и какую структуру она имеет?
2. Какие основные особенности отличают военную службу от других видов государственной службы?
3. Какие причины являются уважительными в случае неявки по вызову военкомата?
4. В каких случаях военнослужащий (не офицер), проходящий военную службу по призыву, имеет право на досрочное увольнение?

Вариант 2

1. Что такое военная служба и в каких войсках, органах и формированиях она исполняется?
2. Перечислите обязанности граждан по воинскому учёту.
3. Какие виды подготовки граждан к военной службе установлены Федеральным законом РФ «О воинской обязанности и военной службе»?
4. Для чего предназначен запас Вооружённых Сил РФ и из каких категорий граждан он создаётся?

Контрольная работа № 3

Темы: «Особенности военной службы», «Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил России»

Вариант 1

1. Какими законодательными и нормативными правовыми актами регламентируются вопросы обороны и военного строительства в Российской Федерации?
2. Какие категории граждан подлежат освобождению от призыва на военную службу?
3. Что понимают под воинской дисциплиной и почему её роль и значение в современных условиях возрастают?
4. На какие виды условно может быть разделена воинская деятельность?

Вариант 2

1. Какие функции выполняют уставы Вооружённых Сил РФ и на какие виды они подразделяются?
2. Какие категории граждан имеют право заключить контракт о прохождении военной службы?
3. Что включает в себя боевая подготовка и какие виды она преследует?
4. Какие дополнительные льготы установлены военнослужащим, проходящим службу в «горячих» точках?