# Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №103»

РАССМОТРЕНО: СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДЕНО

На педагогическом совете Заместителем директора приказом директора

по УВР Протокол № 9 от 26.08.2021

№ 01-06/117-осн

## Рабочая программа учебного предмета

## <u>Жао</u>

10 – 11 классы

## базовый уровень

Авторы программы: «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10—11 классов С. В. Ким, В. А. Горский

Рабочая программа является составной частью основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «СОШ № 103».

- Рабочая программа учебного предмета «ОБЖ» разработана на основе:
- Федерального государственного стандарта среднего общего образования», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413 (с изменениями и дополнениями от 29.12.2014 № 1645, от 31.12.2015 1578, от 29.06.2017 №613);
- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «СОШ № 103»;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень : рабочая программа. 10–11 классы : учебно-методическое пособие / С. В. Ким. М. : Вентана-Граф, 2019.
- Учебного плана МБОУ «СОШ № 103 на текущий учебный год.
- Положения МБОУ «СОШ № 103» о рабочей программе (утверждено приказом № 01-06/133-3-осн от 31.08. 2016 г.).

Цели и задачи обучения соответствуют целям и задачам обучения по предмету, определяемыми федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования и примерными программами, а также целям и задачам, указанным в авторской программе, и не противоречат целям и задачам реализации основной образовательной программе среднего общего образования МБОУ «СОШ № 103».

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10—11 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 10 классе и 34 часа в 11 классе. По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов.

## 1. Планируемые образовательные результаты

### Личностные результаты:

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формировании индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

**умения познавательные, интеллектуальные** (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнелеятельности человека:
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

#### умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

#### умения регулятивные (организационные):

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью построение индивидуальной образовательной траектории;
- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций

мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

#### в ценностно-ориентационной сфере:

• ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности,

принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации,

антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;

• осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

#### в коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

#### в эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

### в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

### в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивнооздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

## 2. Содержание учебного предмета

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

# Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

# Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

# Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Раздел 2. Военная безопасность государства

#### Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

# Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

## Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

### Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

## 3. Тематическое планирование учебного предмета ОБЖ

#### 10 класс

	Тема занятия	Количество			
Раздел		часов			
Раздел 1. Основы б	езопасности личности, общества, государства	15			
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания					
	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1			
	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности  Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания				
	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1			
	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1			
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества,					

государства (5 ч)				
	Права и обязанности государства и граждан России по	1		
	обеспечению безопасности жизнедеятельности			
	Защита национальной безопасности государства от военных			
	угроз			
	Защита личности, общества, государства от угроз социального			
	характера			
	Противодействие экстремизму	1		
	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской	1		
	Федерации			
	ионные основы защиты населения и территорий России в	5		
чрезвычайных ситу				
	Единая государственная система предупреждения и	1		
	ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)			
	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по	1		
	защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях			
	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1		
	природного характера			
	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1		
	техногенного характера			
	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях,	1		
	дорогах, транспорте. Страхование.	10		
Раздел 2. Военная безопасность государства				
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность				
	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия	1		
	массового поражения и современных обычных средств			
	поражения.			
	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1		
	Вопросы дл			
	Средства коллективной защиты от оружия массового	1		
	поражения			
	Защита населения и территорий от биологической и	1		
	экологической опасности			
	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1		
Глава 5. Вооружени	ные Силы Российской Федерации на защите государства от	5		
военных угроз	<b>1</b>			
7 1	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные	1		
	основы			
	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1		
	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1		
	Права и обязанности военнослужащих	1		
	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской	1		
	Федерации	1		
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
Глава 6. Факторы р заболевания	риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные	5		
	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного	1		
	здоровья			
		1		
	Здоровый образ жизни и его составляющие	1		

	8 Инфекционные заболевания: их особенности и меры	1		
	профилактики			
	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их	1		
	профилактики			
	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1		
Глава 7. Оказание і	5			
	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок			
	Правила оказания первой помощи при травмах	1		
	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	1		
	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация			
	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах,	1		
	переломах			
Итого		35		

### 11 класс

		Кол-во
Раздел	Тема занятий	часов
Раздел 1. Основы	комплексной безопасности личности, общества,	
государства.		
-	основы формирования культуры безопасности	
жизнедеятельност	ти человека в современной среде обитания	4
	Проблемы формирования культуры безопасности личности,	
	жизнедеятельности человека в современной	
	среде обитания. Этические и экологические критерии	
	безопасности современной науки и технологий.	1
	Общенаучные методологические критерии безопасности	
	современной науки и технологий.	1
	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности	
	объектов в среде жизнедеятельности.	1
	Основы управления безопасностью в системе «человек – среда	
	обитания»	1
Глава 2. Комплекс	с мер взаимной ответственности личности, общества,	
государства по об	беспечению безопасности	5
	Обеспечения национальной безопасности России.	1
	Обеспечение социальной, экономической и государственной	
	безопасности.	1
	Меры государства по противодействию военным угрозам,	
	экстремизму, терроризму.	1
	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	
	Поисково-спасательная служба МЧС России	1
	Международное сотрудничество России по противодействию	
	венным угрозам, экстремизму, терроризму.	1
Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека		
1	•	5
	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	1
	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	1

	Наркотизм и безопасность человека.	1	
	Дорожно-транспортная безопасность.	1	
	Вынужденное автономное существование в природных		
условиях.			
Раздел 2. Воен	ная безопасность государства		
		10	
Глава 4. Воору военных угроз	эженные Силы Российской Федерации на защите государства от	5	
	Основные задачи Вооруженных Сил.	1	
	Правовые основы воинской обязанности.	1	
	Правовые основы военной службы.	1	
	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и		
	добровольная.	1	
	Требования воинской деятельности к личности	_	
	военнослужащего.	1	
Глава 5. Особе	гнности военной службы в современной Российской армии	5	
11111211 01 0 0000	Особенности военной службы по призыву и альтернативной		
	гражданской службы.	1	
	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках»	-	
	мира.	1	
	Военные операции на территории России: борьба с	_	
	терроризмом.	1	
	Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	
	Боевая слава российских воинов.	1	
Раздел 3. Осно	овы медицинских знаний и здорового образа жизни	10	
	вы здорового образа жизни	5	
	Демографическая ситуация в России.	1	
	Культура здорового образа жизни.	1	
	Культура питания.	1	
	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	1	
	Вредные привычки. Культура движения.	1	
Глава 7. Пепес	я помощь при неотложных состояниях	5	
Title of the second	Медико-психологическая помощь.	1	
	Первая помощь при ранениях.	1	
	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими	-	
	веществами, при химических и термических ожогах,		
	обморожении.	1	
	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	1	
	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем,	-	
	лекарством, ядами, наркотическими веществами.	1	
ИТОГО		34	

# 4. Контроль и оценка достижения планируемых образовательных результатов

Базовый уровень достижений — уровень, который демонстрирует освоение учебных действий с опорной системой знаний в рамках диапазона (круга) выделенных задач. Овладение базовым уровнем является достаточным для продолжения обучения на следующей ступени образования, но не по профильному направлению. Достижению базового уровня соответствует отметка «удовлетворительно» (или отметка «З», отметка «зачтено»). Превышение базового уровня свидетельствует об усвоении опорной системы знаний на уровне осознанного произвольного овладения учебными действиями, а также о кругозоре, широте (или избирательности) интересов. Целесообразно выделить следующие два уровня, превышающие базовый

- •повышенный уровень достижения планируемых результатов, оценка «хорошо» (отметка «4»);
- •высокий уровень достижения планируемых результатов, оценка «отлично» (отметка «5»). Индивидуальные траектории обучения обучающихся, демонстрирующих повышенный и высокий уровни достижений, целесообразно формировать с учèтом интересов этих обучающихся и их планов на будущее. Для описания подготовки учащихся, уровень достижений которых ниже базового, целесообразно выделить также два уровня:
- •пониженный уровень достижений, оценка «неудовлетворительно» (отметка «2»);

Критерии оценивания тестов:

- -90-100% правильных ответов оценка «5»;
- 70-89% правильных ответов оценка «4»; 50-69% правильных ответов оценка «3»; -
- 30-49% правильных ответов оценка «2»;

Не достижение базового уровня (пониженный и низкий уровни достижений) фиксируется в зависимости от объема и уровня освоенного и неосвоенного содержания предмета.

Решение о достижении или не достижении планируемых результатов или об освоении, или не освоении учебного материала принимается на основе результатов выполнения заданий базового уровня. В период введения Стандарта критерий достижения/освоения учебного материала задается как выполнение не менее 50% заданий базового уровня или получение 50% от максимального балла за выполнение заданий базового уровня.

## 5. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Рабочая программа. 10–11 классы: учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2019. — 105 с. — (Российский учебник).

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10—11 классов (авторы С. В. Ким, В. А. Горский). Вентана-Граф, 2019. — 400 с. — (Российский учебник).

Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник школьника. Ситников В.П. (1997, 447с.). Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справочник. — М.: Дрофа. Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. —М.: Дрофа. Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при террористических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

## 6. Материально-техническое обеспечение образовательного

### процесса

- ✓ Набор плакатов и электронные издания.
- ✓ Средства индивидуальной защиты: Противогаз Респиратор Общевойсковой защитный комплект
- ✓ Модель-макет автомата Калашникова АКС-74
- ✓ Компас
- ✓ Индивидуальные средства медицинской защиты; Аптечка АИ Пакеты перевязочные ППИ - Пакеты противохимические индивидуальные ИПП-11
- ✓ Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой и доврачебной помощи: - сумка СМС
- ✓ Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри:
- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м х 14см
- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м х 10см
- вата медицинская компрессная косынка медицинская (перевязочная)
- повязка медицинская большая стерильная
- повязка медицинская малая стерильная
- ✓ Медицинские предметы расходные:
- булавка безопасная шина проволочная (лестничная) для ног
- шина проволочная (лестничная) для рук
- шина фанерная длиной 1 м.