

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 13» г. о. Нальчик

«Рассмотрено»

Протокол  
заседания МО  
учителей физической  
культуры и  
ОБЖ №1  
от «28» августа 2020 г.

«Согласовано»

Заместитель  
директора по ВР

 /Шуруля О.С./


«28» августа 2020 г.

«Утверждено»

Протокол заседания  
Педагогического  
совета № 1



от «29» августа 2020 г.

 /Соколов А.А./

## Рабочая программа

по ОБЖ  
учебный предмет

в 10-А «А, Б» классах.

Учитель Анапеева М.В.

2020 – 2021 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 №1089, на основе примерной программой основного общего образования и авторской программы: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

**Программа реализуется на основе использования учебников:** Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс», Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

Нормативно-правовые документы, обеспечивающие реализацию программы:

- Конституция РФ.
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).
- Приказ Минобрнауки России № 1089 от 05.03.2004г. «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования». (в ред. Приказов Минобрнауки России от 23.06.2015г. №609.
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. от 12.05.2009г.
- Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования

### 2. Общая характеристика учебного предмета

**Целью** изучения предмета в основной школе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на решение следующих **задач**:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасной жизнедеятельности;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие эмоционально-волевых качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями определять потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

**Главной целью** курса по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка обучающихся к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

**Ведущими методами обучения предмету в основной школе являются:** наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично поисковый, лекционно-практический.

**Формы организации занятий:** индивидуальная, групповая и фронтальная, организационно – методические.

**Средства обучения:** схемы; таблицы; диаграммы; алгоритмы; опорные конспекты, электронные ресурсы.

**Формы контроля знаний, умений, навыков (текущего, рубежного, итогового):**

- индивидуальная, групповая и фронтальная работа;
- устный, письменный и конспектный контроль;
- тестирование.

### 3. Место учебного предмета в учебном плане

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 34 часа для обязательного изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе среднего общего образования. Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом МКОУ «Гимназия №13, рассчитанного на 34 учебные недели в год. **Исходя из этого, рабочая программа рассчитана по 34 часа в год из расчета 1 учебный час в неделю.**

#### **4. Требования к уровню подготовки обучающихся.**

##### **знать/понимать**

- правила безопасного поведения на улицах и дорогах;
- правила пожарной безопасности и поведения при пожарах;
- правила безопасного поведения на воде;
- о возможных аварийных ситуациях в жилище (образовательном учреждении), причинах их возникновения и правилах поведения;
- правила поведения в криминогенных, ситуациях;
- правила поведения на природе;
- правила поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания;
- о возможных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района, способах оповещения о них и правилах безопасного поведения;
- об основных мероприятиях ГО по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций;
- об основных хронических неинфекционных заболеваниях, их причинах и связи с образом жизни;
- об инфекционных заболеваниях и основных принципах их профилактики;
- основные правила поведения в повседневной жизни дома, на улице, в школе и во время занятий спортом с целью предупреждения травматизма.

##### **владеть навыками:**

- безопасного поведения на дорогах;
- использования первичных средств пожаротушения и пожарно-технического вооружения при возникновении пожара;
- оказания помощи терпящим бедствие на воде;
- определение сторон горизонта, движения по азимуту, по разведению костра и приготовлению пищи на костре;
- выполнения мероприятий ГО по защите от ЧС мирного и военного времени, по использованию индивидуальных средств защиты;
- оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, растяжениях, укусах насекомых, при тепловом и солнечном ударах;

##### **иметь представление:**

- об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях;
- о ЧС природного и техногенного характера, возникающих на территории России, их последствиях и мерах, принимаемых по защите населения, а также о правилах безопасного поведения;
- об основах здорового образа жизни.

##### **В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности учащиеся 10-11 классов должны знать и уметь:**

- Последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».
- Сформировать представление об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях.
- Уяснить основные положения законодательства Российской Федерации в области безопасности.
- Сформировать морально-психологические и физические качества и мотивации для успешного прохождения военной службы в современных условиях.
- Более подробно ознакомиться с организационными основами системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.
- Повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим предметам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности.
- Эффективнее использовать межпредметные связи, что способствует формированию у учащихся целостной картины окружающего мира.

- Обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования.
- Более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам.

### 5. Содержание программы

Содержание программы включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.
- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

### 6. Учебно-тематический план в 10 –м классе

№ п/п	Вид пропрограммного материала	Кол-во часов
1	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	4
2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.	5
3	Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях.	5
4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	5
5	Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	5
6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	5
7	Оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	5
	Итого	34

### Учебно-тематический план в 11-м классе

№ п/п	Вид программногo материала	Кол-во часов

1	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	4
2	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.	5
3	Экстремальные ситуации и безопасность человека.	5
4	Вооружённые силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	5
5	Особенности военной службы в современной Российской армии.	5
6	Основы здорового образа жизни.	5
7	Первая помощь при неотложных состояниях.	5
	Итого	34

### Календарно-тематическое планирование в 10 классе.

№ п/п	Тема урока	Дата	
		План	Факт
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.		
		02.09	
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	09.09	
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	16.09	
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	23.09	
5	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	30.09	
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	07.10	
7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	14.10	
8	Противодействие экстремизму.	21.10	
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	28.10	
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	11.11	
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	18.11	
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	25.11	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	02.12	
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	09.12	
15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	16.12	
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	23.12	
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	13.01	

18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	20.01	
19	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	27.01	
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	03.02	
21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	10.02	
22	Воинская обязанность и военная служба.	17.02	
23	Правила и обязанности военнослужащих.	24.02	
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	03.03	
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	10.03	
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	17.03	
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	24.03	
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	07.04	
29	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	14.04	
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	21.04	
31	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	28.04	
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	05.05	
33	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	12.05	
34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Контроль знаний (тестирование)	19.05	

### Календарно-тематическое планирование в 11 А,Б классе.

№ п/п	Тема урока	Дата	
		План	Факт
1	Проблемы формирования культуры безопасности личности, жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.	07.09	
2	Общенаучные методологические критерии безопасности современной науки и технологий.	14.09	
3	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.	21.09	

4	Основы управления безопасностью в системе «человек – среда обитания»	28.09	
5	Обеспечения национальной безопасности России.	05.10	
6	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.	12.10	
7	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	19.10	
8	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.	26.10	
9	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	09.11	
10	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	16.11	
11	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	23.11	
12	Наркотизм и безопасность человека.	30.11	
13	Дорожно-транспортная безопасность.	07.12	
14	Вынужденное автономное существование в природных условиях.	14.12	
15	Основные задачи Вооруженных Сил.	21.12	
16	Правовые основы воинской обязанности.	11.01	
17	Правовые основы военной службы.	18.01	
18	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	25.01	
19	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	01.02	
20	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	08.02	
21	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	15.02	
22	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.	22.02	
23	Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.	01.03	
24	Боевая слава российских воинов.	15.03	
25	Демографическая ситуация в России.	22.03	
26	Культура здорового образа жизни.	05.04	
27	Культура питания.	12.04	
28	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	19.04	

29	Вредные привычки. Культура движения.	26.04	
30	Медико-психологическая помощь.	03.05	
31	Первая помощь при ранениях.	10.05	
32	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.	17.05	
33	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	24.05	
34	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарством, ядами, наркотическими веществами.	24.05	

#### **Учебно-методическое обеспечение предмета**

1. Базовый учебник «Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 классы», С.В.Ким, В.А.Горский «Вентана-Граф» 2020.

2. Интернет – ресурсы. Электронные ресурсы: