



**АДМИНИСТРАЦИЯ ГАТЧИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

МБОУ «СУСАНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Приложение к основной общеобразовательной программе
среднего общего образования, утвержденной
приказом № 206 от «12» августа 2019 г.

Рабочая программа
по учебному предмету
«основы безопасности жизнедеятельности»
для **10-11** класса
(базовый уровень)

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по ОБЖ.
2. Примерной программы среднего общего образования. ОБЖ.
3. ОБЖ. ФГОС программы для среднего общего образования. 10-11 класс.

Разработчик программы: Дрожжина Ольга Владимировна
(Ф.И.О. учителя)
учитель ОБЖ первой категории
(занимаемая должность, квалификационная категория)

Структура рабочей программы по основам безопасности жизнедеятельности:

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета
2. Содержание учебного предмета
3. Тематическое планирование (количество часов, отводимых на освоение каждой темы)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

(ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА)

В программе по основам безопасности жизнедеятельности для 10 класса средней школы, составленной на основе федерального государственного образовательного стандарта, определены требования к результатам освоения образовательной программы основного общего образования.

Личностными результатами обучения являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение 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;
- овладение 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;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 10 КЛАСС

Безопасность человека в природных условиях

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра. Определение необходимого снаряжения для похода.

Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походных групп. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и порядок дня похода.

Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы, Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта (автомобильным, железнодорожным).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

Опасные ситуации в природных условиях

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей.

Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В 10 КЛАССЕ

Ученик 10-го класса должен знать:

- основные понятия ГО;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- организацию гражданской обороны в школе.
- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль питания как составляющей ЗОЖ;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.
- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.
- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;
- общие черты международного терроризма.
- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Ленинградской области;
- потенциально опасные объекты в районе проживания.
- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;
- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

Ученик 10-го класса должен уметь:

- определить вид применённого оружия;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию
- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.
- работать с правовыми документами.

- различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.
- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях

Тематический план – 10 класс

Раздел	Тема	Количество часов	В том числе, контрольных и практических работ.
Фаза запуска (совместное проектирование и планирование учебного года)			
I	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	1	
Фаза постановки и решения системы учебных задач			
II	Основы безопасности личности, общества и государства	8	1
III	Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни	3	2
IV	Обеспечение военной безопасности государства	21	5
V			
Рефлексивная фаза			
VI	Обобщающий урок	1	
Итого		34	8

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В 11 КЛАССЕ

Ученик 11-го класса должен знать:

- основные понятия ГО;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- организацию гражданской обороны в школе.
- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль питания как составляющей ЗОЖ;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.
- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.
- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;
- общие черты международного терроризма.
- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Ленинградской области;
- потенциально опасные объекты в районе проживания.
- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;
- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

Ученик 11-го класса должен уметь:

- определить вид применённого оружия;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию
- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.
- работать с правовыми документами.
- различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.
- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;
- называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях

Тематический план – 11 класс

Раздел	Тема	Количество часов	В том числе, контрольных и практических работ.
Фаза запуска (совместное проектирование и планирование учебного года)			
I	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	1	
Фаза постановки и решения системы учебных задач			
II	Основы здорового образа жизни	4	1
III	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	4	2
IV	Основы военной службы	24	5
V			
Рефлексивная фаза			
VI	Обобщающий урок	1	
Итого		34	8

