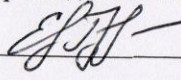




Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 557 Невского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО Председатель МО  Глушкова Е.Е. Протокол от 24.05.2019 № 05	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР  Грандашевская О.И. 24.05.2019	ПРИНЯТО Решением Педагогического совета Протокол от 27.05.2019 № 06	УТВЕРЖДАЮ Директор  И.В. Большаков Приказ от 30.05.2019 № 94-о
--	--	---	--



Рабочая программа курса «Обеспечение безопасности жизнедеятельности»

на 2019 – 2020 учебный год

10 «А» класс

Добринина Елена Геннадьевна, учитель ОБЖ высшей квалификационной категории

Составитель

Санкт-Петербург  
2019

### Пояснительная записка.

Данная рабочая программа по ОБЖ для 11 класса разработана на основании:

- Учебного плана ГБОУ СОШ № 557 Невского района Санкт-Петербурга – 2019-2020.
- Образовательной программы ГБОУ СОШ № 557 Невского района Санкт-Петербурга на 2019-2020 учебный года
- Авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. А. Маслов, В. А. Васнев), напечатанной в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 1–11 классы» / под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2007

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие *цели*:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных *задач*, как:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### Место учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета «ОБЖ» в 11 классе отводится 1 ч в неделю из обязательной части учебного плана основного общего образования. Предметная область «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности». Программа рассчитана на 34 часа в год (34 учебные недели).

### **Информация об используемом учебно-методическом комплекте**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 11 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. – М: Просвещение, 2014;
2. А.Т. Смирнов. Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-11 классы. М.: «Просвещение», 2010г;
3. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.-сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, Б. И. Мишин, М. И. Хабнер. – М.: Дрофа, 2002;
4. Ваши шансы избежать беды: учеб. пособие / Сб. ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» / авт.-сост. В. К. Емельянчик, М. Е. Капитонова. – СПб.: КАРО, 2002

### **Планируемые результаты изучения курса**

#### **Учащийся должен знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

#### **Учащийся должен уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

#### **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;

- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

### **Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся**

Для контроля и оценки достижения общеучебных результатов используется следующая система форм и видов контрольно-оценочных действий:

- *текущий контроль:*

- наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе занятий;
- самостоятельные работы;

- текущее выполнение выборочных учебно-практических и учебно-познавательных заданий на оценку способности и готовности учащихся к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции; способности к сотрудничеству и коммуникации, к решению личностно и социально значимых проблем и воплощению решений в практику; способности к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии;

- *промежуточный контроль:*

- тестирование;
- выполнения творческих работ, включая учебные исследования и учебные проекты;
- проверочные работы;
- домашние самостоятельные работы;

- *итоговый контроль:*

- контрольная итоговая работа;
- защита исследовательских и проектных работ;

### **Основное содержание учебного курса**

#### **Модуль I Основы безопасности личности, общества, государства (16 часов)**

##### Тема 1: Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения. (7 часов)

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях 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 транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью на рынке, на стадионе, на вокзале и др.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

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 территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера". Закон РФ "О безопасности». Федеральные законы: "О пожарной безопасности", "О безопасности дорожного движения", "Об обороне", "О гражданской обороне" и др.) Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

#### Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны (9 часов).

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий

Организация управления гражданской обороной Структура управления и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях

Защитные сооружения гражданской обороны Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны Виды защитных сооружений Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях)

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

Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение План гражданской обороны образовательного учреждения Обязанности обучаемых.

#### **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 часов).**

##### Тема 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 часов)

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое.  
Основные

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.

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

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 закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих 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, сердечно-сосудистую 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.

### **Модуль III. Основы военной службы. (14 часов)**

#### Тема 4. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества. (4 часа)

Организация вооруженных сил Московского государства в XIY-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначения, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской Флот, история создания, предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной

пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Тема 5. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести (8 часов)

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной 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 увековечивания 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 почетный 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.

**Тематический план**

<b>Содержание</b>	<b>Количество часов</b>
Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.	7
Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	9
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	6
Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.	4
Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.	8
<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>34</b>

### Поурочно-тематическое планирование

№п/п	Тема / урок	практика	контроль	Планируемые результаты обучения	Дата проведения	
					план	факт
Модуль1 «Основы безопасности личности, общества, государства»						
1	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	Практическая работа.		Знать: правила ориентирования на местности, движения по азимуту и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях. Уметь: ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия		
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	Решение ситуационных задач		Знать: Правила поведения в криминогенных ситуациях и при угрозе террористического акта. Использовать: приобретённые навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.		
3	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	Решение ситуационных задач		Знать: о потенциальных опасностях природного происхождения, характерных для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях ЧС. Использовать: приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в ЧС		
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	Решение ситуационных задач		Знать: о потенциальных опасностях техногенного происхождения, характерных для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях ЧС. Использовать: приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в ЧС		
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её структура и задачи			Знать: предназначение, структуру и задачи РСЧС. Использовать: полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи		



6	Законы и другие нормативно правовые акты РФ по обеспечению безопасности			Знать: основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.Использовать: полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи		
7	Контроль знаний (тестирование)		Тестовый контроль	Знать: основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.Использовать: полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи		
8	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны			Знать: о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.Использовать: полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности		
9	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Решение ситуационных задач		Иметь представление: о современных средствах поражения, и их поражающих факторах.Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления		
10	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Решение ситуационных задач		Иметь представление: о современных средствах поражения, и их поражающих факторах.Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления		
11	Современные средства поражения, их поражающие	Решение ситуационных задач		Иметь представление: о современных средствах поражения, и их поражающих факторах.Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления		

	факторы, мероприятия по защите населения					
12	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени			Знать: виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. Уметь: действовать в ЧС; использовать средства коллективной защиты		
13	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	Решение ситуационных задач		Знать: виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. Уметь: действовать в ЧС; использовать средства коллективной защиты		
14	Средства индивидуальной защиты	Практическая работа «Одевание противогаза «ГП-7»»		Знать: основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Владеть навыками: пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой)		
15	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в школе			Знать: об организации проведения аварийноспасательных работ, санитарной обработки и эвакуации людей в зонах ЧС. Использовать: полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности. Знать: об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. Уметь: действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!		
16	Контроль знаний (тестирование)		Тестовый контроль	Знать: об организации проведения аварийноспасательных работ, санитарной обработки и эвакуации людей в зонах		

				ЧС.Использовать: полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности Знать: об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. Уметь: действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!		
Модуль2 ««Здоровый образ жизни и оказание первой помощи»»						
17	Здоровый образ жизни и его составляющие			Знать: основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него. Использовать: приобретённые знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
18	Биологические ритмы и работоспособность человека	Решение ситуационных задач		Знать: основные составляющие здорового образа жизни. Использовать: приобретённые знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
19	Значение двигательной активности и закаливания			Знать: о факторах, способствующих укреплению здоровья. Использовать: приобретённые знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
20	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	Решение ситуационных задач		Знать: о факторах, разрушающих здоровье, вредных привычках. Использовать: приобретённые знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
21	Вредные привычки. Профилактика вредных привычек	Решение ситуационных задач		Знать: о профилактике вредных привычек. Использовать: приобретённые знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
22	Контроль знаний (тестирование)		Тестовый контроль	- умение выражать свои мысли;- умение ставить вопросы		
Модуль 3 ««Основы военной службы»»						
23	История создания Вооружённых Сил России			Иметь представление: об истории создания Вооружённых Сил России, о реформе Вооружённых Сил. Уметь: осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа		

24	Организационная структура Вооруженных Сил	Решение ситуационных задач		Знать: функции и основные задачи современных Вооружённых Сил, организационную структуру ВС РФ. Владеть навыками: осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе		
25	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России			Знать: состав и предназначение ВС РФ. Владеть навыками: оценки уровня своей подготовленности к военной службе.		
26	Другие войска, их состав и предназначение		Тестовый контроль	Знать: состав и предназначение ВС РФ. Уметь: оценивать уровень своей подготовленности к военной службе		
27	Патриотизм – основа героизма	Решение ситуационных задач	Тестовый контроль	Знать: о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. Использовать: приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.		
28	Памяти поколений. Дни воинской славы России	Семинар		Знать: о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. Уметь: отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. Использовать: приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы		
29	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности			Иметь представление: о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. Использовать: приобретённые знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы		
30	Боевое знамя воинской части.			Иметь представление: о символах воинской чести. Уметь: осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе		
31	Ордена — почетные награды за воинские	Семинар		Иметь представление: об основных государственных наградах. Уметь: отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои		

	отличия			мировоззренческие взгляды		
32	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации			Иметь представление: о ритуалах Вооружённых Сил Российской Федерации Уметь: осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.		
33	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации			Иметь представление: о ритуалах Вооружённых Сил Российской Федерации Уметь: осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.		
34	Контроль знаний (тестирование)		Тестовый контроль	- умение выражать свои мысли;- умение ставить вопросы		