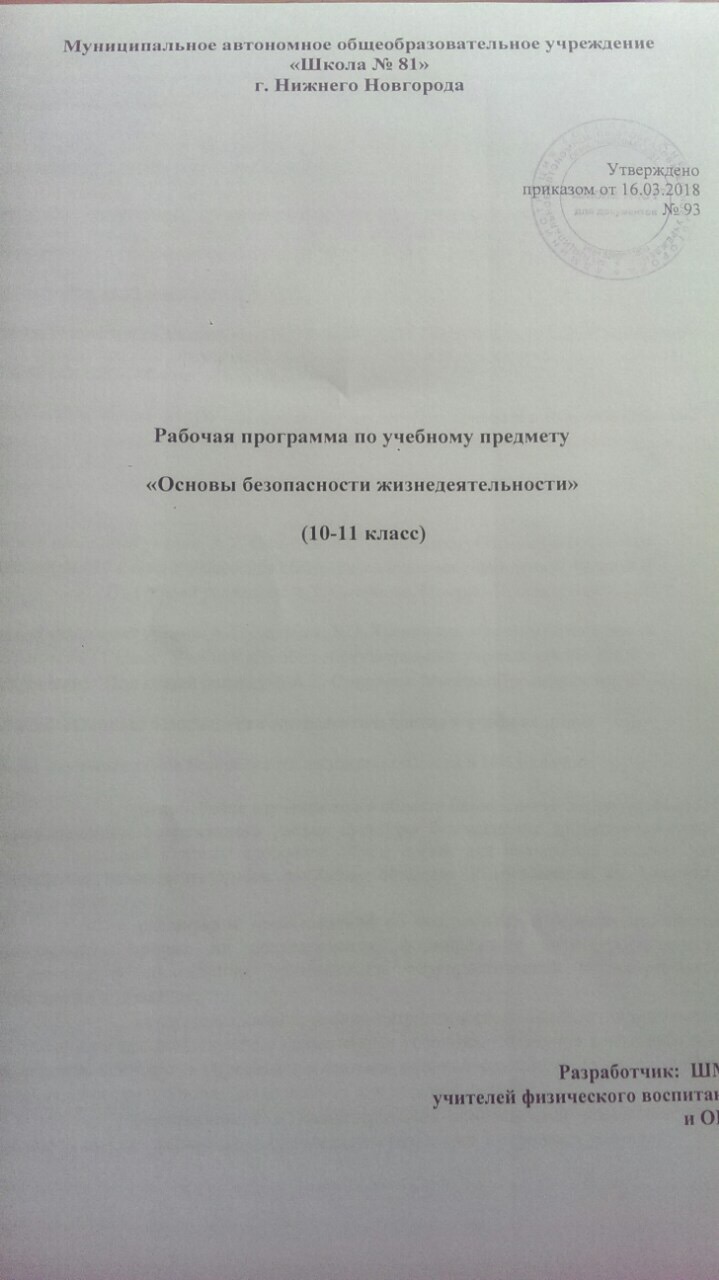
****

**Пояснительная записка**

Рабочая программа **по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 класса** разработана на основе:

* Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 марта 2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (с изменениями от 3 июня 2008 г. N 164, от 31 августа 2009 г. N 320, от 19 октября 2009 г. N 427, от 10 ноября 2011 г. N 2643, от24 января 2012 г. N 39 и от 31 января 2012 г. N 69 и от 23 июня 2015 г. N 609);
* Основы безопасности жизнедеятельности. Программы общеобразовательных учреждений 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. Под редакцией

А. Т. Смирнова. – Москва: «Просвещение», 2012г.

Согласно учебному плану МАОУ «Школа № 81» на изучение предмета в 10 классе выделено 1 час в неделю – 34 учебных часа и в 11 классе 1 час в неделю – 33 учебных часа, всего 67 учебных часа в 10-11 классах.

УМК:

Академический школьный ученик. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений (базовый и профильный уровни). Под общей редакцией А.Т. Смирнова. Москва «Просвещение», 2011 г.

Академический школьный ученик. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности» 11 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений (базовый и профильный уровни). Под общей редакцией А.Т. Смирнова. Москва «Просвещение», 2012 г.

**Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане**

**Цели и задачи изучения** основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах:

* углублённое изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
* расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике;
* совершенствование военно-патриотического воспитания и повышение мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно-учётным специальностям в объёме, необходимом для военной службы;
* распознавание и анализирование особенностей жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в различных природных условиях;
* окончательное формирование модели своего поведения при возникновении различных чрезвычайных ситуаций;
* применение в реальных природных условиях различных способов ориентирования на местности;
* анализирование основных направлений организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций;
* обоснование основного предназначения Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье;
* формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также в демографической безопасности государства.

**Содержание учебного предмета, курса**

**Основы безопасности жизнедеятельности.**

**10-11 классы (базовый уровень)**

**Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства**

**Раздел 1. Основы комплексной безопасности**

*Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни*

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

*Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций*

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

*Современный комплекс проблем безопасности военного характера*

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

**Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций***Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера*

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

**Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

*Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства*

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

*Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации*

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

*Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации*

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.

Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

*Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму*

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

*Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности* Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

*Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта*

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

**Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Раздел 4. Основы здорового образа жизни**

*Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний*

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

*Здоровый образ жизни и его составляющие*

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании.

Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

*Нравственность и здоровье*

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекций. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

**Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

*Первая помощь при неотложных состояниях*

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи.

Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.

Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.

Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

**Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства**

**Раздел 6. Основы обороны государства**

*Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны*

Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности обучающихся.

*Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества*

История создания Вооружённых Сил России.

Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

*Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации*

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

*Боевые традиции Вооружённых Сил России*

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

*Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства*

Основные задачи современных Вооружённых Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

*Символы воинской чести*

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

*Воинская обязанность*

Основные понятия о воинской обязанности. 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.

Организация воинского учёта, основное предназначение воинского учёта.

Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.

Обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основные особенности.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистов по сходным воинским должностям.

Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначение и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения.

Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе.

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

**Раздел 7. Основы военной службы**

*Размещение и быт военнослужащих*

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

*Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда*

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.

*Организация караульной службы*

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

*Строевая подготовка*

Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строи отделения, развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

*Огневая подготовка*

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

*Тактическая подготовка*

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

*Особенности военной службы*

Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права.

Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации, устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации, строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

*Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества*

Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.

Военнослужащий – патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Военнослужащий – специалист своего дела. Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Основные обязанности военнослужащих.

*Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации*

Порядок вручения Боевого знамени воинской части.

Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства).

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

*Прохождение военной службы по призыву*

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих.

*Прохождение военной службы по контракту*

Особенности военной службы по контракту.

Альтернативная гражданская служба.

**Требования к уровню подготовки выпускников**

В процессе обучения учащихся на уроках ОБЖ учитель ставит перед собой цели, которые стремится достичь при ведении урока. Так же от учащихся требуется определенный уровень знаний, умений, навыков.

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельнос­ти выпускники должны знать:**

• основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила лич­ной безопасности при угрозе террористического акта;

• организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;

основные принципы здорового образа жизни;

правила оказания первой медицинской помощи;

основы обороны государства и военной службы;

боевые традиции Вооруженных Сил России, государствен­ные и военные символы Российской Федерации.

**Выпускники должны уметь:**

• предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать ре­шение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

• грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычай­ной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

• оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

• выполнять основные действия, связанные с будущим про­хождением воинской службы (строевые приемы, воинское привет­ствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т. д.);

• пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствоватьобеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том Числе при угрозе террористическо­го акта или при захватев заложники; выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни; владе­нию навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической Готовности к прохождению военной службы по призыву.

**Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;

- невосприимчивости к вредным привычкам;

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;

- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);

- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 10 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Раздел (тема) курса** | **Кол-во часов**  **по программе** |
| 1 | Основы комплексной безопасности | 5 |
| 2 | Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | 2 |
| 3 | Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ | 6 |
| 4 | Основы здорового образа жизни | 4 |
| 5 | Основы обороны государства | 7 |
| 6 | Основы военной службы | 10 |
|  | Итого: | 34 часа |

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 11 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Раздел (тема) курса** | **Кол-во часов**  **по программе** |
| 1 | Основы комплексной безопасности | 3 |
| 2 | Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ | 4 |
| 3 | Основы здорового образа жизни | 4 |
| 4 | Основы медицинских знаний и оказание первой помощи | 7 |
| 5 | Основы обороны государства | 6 |
| 6 | Основы военной службы | 9 |
|  | Итого: | 33 часа |