

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского  
края Муниципальное образование Красноармейский район

МБОУ СОШ №19

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической  
культуры и ОБЖ

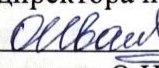
 Михайлюк М.Н.

Протокол № 1

от «26» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по МР

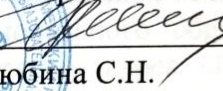
 Животченко О.И.

Протокол № 1

от «27» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ СОШ №19

 Нелюбина С.Н.

Приказ № 234-О

от «29» августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебного предмета**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

(для 10-11 классов)

Количество часов 10 класс – 34 часа  
11 класс – 34 часа

Учитель, разработчик рабочей программы

Ефигин Валерий Владимирович – учитель основ безопасности  
жизнедеятельности МБОУ СОШ №19

Программа разработана в соответствии с ФГОС СОО

с учетом ПООП СОО, примерной рабочей программы по предмету «Основы  
Безопасности Жизнедеятельности».

С учетом УМК: «Основы безопасности Жизнедеятельности 10-11 классы -  
М.:Вента-Граф, 2021.

ст.Марьянская, 2022

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа составлена на основе примерного содержания учебной программы ОБЖ 10 - 11 классов. Части ПОсновы безопасности жизнедеятельности учебной программы для 10-11 классов, сборника программ общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа. Основная школа. Средняя (полная) школа. Под редакцией С.В. Ким, В.А. Горский (Основы безопасности жизнедеятельности 10—11 классы. М.: Вентана-Граф, 2021).

В курсе ОБЖ для 10 –11 классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом "О воинской обязанности военной службе" письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14 07 98 г №1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10 -11 классов введен раздел "Основы военной службы" "Раздел Основы военной службы" органически связан с другими разделами курса и направлен прежде всего на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, патриотическое (военно-патриотическое воспитание) старшеклассников.

### **Место учебного предмета в учебном плане.**

Предмет ОБЖ изучается на уровне Основная школа. Средняя (полная) школа в 10 - 11 классах в общем объеме 68 часов учебного времени и 35 часов учебных сборов, по одному часу в неделю: 34 часа в 10 классе и 34 часа в 11 классе. 35 часов отводится в 10 классе для проведения учебных сборов.

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

## ***ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.***

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

### **1. Патриотическое воспитание:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

### **2. Гражданское воспитание:**

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства; понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

### **3. Духовно-нравственное воспитание:**

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие

ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

#### **4. Эстетическое воспитание:**

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

#### **5. Ценности научного познания:**

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия; формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

#### **6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

#### **7. Трудовое воспитание:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать,

планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого

предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях; установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в

различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

#### **8. Экологическое воспитание:**

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности; освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать:

Овладение *универсальными познавательными действиями*.

**Базовые логические действия:** выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;

предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи; выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

**Базовые исследовательские действия:** формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования; проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливая причинно-следственные связи; прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

**Работа с информацией:** применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления; находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями; оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

Овладение *универсальными коммуникативными действиями*: уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога; публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

*Совместная деятельность* (сотрудничество): понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи; планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение *универсальными учебными регулятивными действиями*.

*Самоорганизация*: выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях; аргументированно определять оптимальный вариант

принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

*Самоконтроль* (рефлексия): давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации; оценивать соответствие результата цели и условиям.

*Эмоциональный интеллект*: управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины; ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

*Принятие себя и других*: осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

#### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни. Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать: По учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

1-сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2-сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3-сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4-понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5-сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;

6-знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7- понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);

8-овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9-освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10-умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

11-освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12-овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Организация вправе самостоятельно определять последовательность модулей для освоения обучающимися модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Предлагается распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, сгруппировать по учебным модулям:

## **10 класс**

### **Ученик научится:**

основам здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

способам безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добытие огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;

соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;

пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;

вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

**Ученик получит возможность научиться:**

*Самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)*

*Использованию элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа*

*Поиска нужной информации по заданной теме в источниках различного типа*

*Освоению знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.*

*Ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства*

*Овладеть умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.*

## **11 класс**

формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;

знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

умение оказать первую помощь пострадавшим;

умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Выпускник научится:**

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;

***Выпускник получит возможность научиться:***

- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*
- *характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;*
- *классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;*
- *использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных.*

### **Система оценивания предметных результатов**

Оценивание предметных результатов учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется в соответствии с Положением об оценивании предметов, утвержденным в текущем году.

Направления (примерные темы) проектной деятельности учащихся по годам обучения и в соответствии с программой развития исследовательских навыков учащихся 5-11 классов «Публичный экзамен», утвержденной приказом директора от 01.09.2017 г. № 329-О «Об утверждении программы развития исследовательских навыков учащихся 5-11 классов «Публичный экзамен» МБОУ СОШ № 19»

# **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

## **10 класс**

### **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.

## **Учебные сборы. -35ч**

### **Тема 1: «Военнослужащие и взаимоотношения между ними» -3ч**

Права, обязанности и ответственность военнослужащих.

Взаимоотношения между военнослужащими.

Обязанности солдата (матроса).

### **Тема 2: «Внутренний порядок» -6ч**

Размещение военнослужащих.

Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих.

Суточный наряд. Обязанности дневального по роте.

Организация караульной службы. Часовой, обязанности часового.

Охрана здоровья военнослужащих.

Основные мероприятия, проводимые в частях и подразделениях, по обеспечению безопасности военной службы.

### **Тема 3: «Строевая подготовка» -6ч**

Строи и управление ими.

Строевые приемы 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. Развернутый строй, походный строй.

Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

### **Тема 4: «Огневая подготовка» -6ч**

Устройство стрелкового оружия, основные правила, приемы и способы стрельбы из него.

Устройство ручных боевых гранат, требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.

Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.

Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.

Требования к выполнению метания ручных имитационных гранат.

### **Тема 5: «Тактическая подготовка» -6ч**

Современный общевойсковой бой. Обязанности солдата в бою.

Основные приемы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия.

Способы передвижения солдата в бою.

Приемы и правила стрельбы в бою.

Последовательность инженерного оборудования одиночного окопа.

Способы ориентирования на местности.

### **Тема 6: «Физическая подготовка» -5ч**

Гимнастика и атлетическая подготовка.

Преодоление препятствий.

Ускоренное передвижение, легкая атлетика.

Комплексные учебно-тренировочное занятие.

Комплексные учебно-тренировочное занятие.

### **Тема 7: «Военно-медицинская подготовка» -2ч**

Правила оказания первой помощи при ранениях.

Правила оказания первой помощи при ожогах, острых отравлениях, отморожении.

### **Тема 8: «Радиационная, химическая и биологическая защита войск -1ч**

Табельные средства индивидуальной защиты военнослужащих от оружия массового поражения.

## **11 класс**

### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства**

#### **Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.**

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

#### **Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.**

Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

#### **Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека.**

Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

### **Раздел 2. Военная безопасность государства.**

#### **Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.**

Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

#### **Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии.**

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

#### **Глава 6. Основы здорового образа жизни.**

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

#### **Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях.**

Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 10 класс (1 час в неделю)

| Раздел                                                               | Кол-во часов | Темы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Кол-во часов                                                                                                              | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Основные направления воспитательной деятельности | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства</b> | <b>15ч</b>   | <b>Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</b><br>1. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.<br><br>2. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.<br><br>3. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания<br><br>4. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания<br><br>5. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. | <b><u>5 часов</u></b><br><br><i>1 час</i><br><br><i>1 час</i><br><br><i>1 час</i><br><br><i>1 час</i><br><br><i>1 час</i> | <i>Коммуникативная деятельность:</i> правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. <i>Работа с информацией:</i> отбор видео- и интернет- материалов и их оценка. <i>Аналитическая деятельность:</i> чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста.<br><br><i>Самооценка:</i> определение своих возможностей и способностей. <i>Конструирование понятий:</i> природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. <i>Формулирование вывода:</i> почему нужно изучать предмет ОБЖ | 2, 3, 4, 6, 8                                    | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskie-materialy/obzshkola/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskie-materialy/obzshkola/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                                      |              | <b>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства</b><br><br>6. Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности<br><br>7. Защита национальной безопасности государства от военных угроз.                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b><u>5 часов</u></b><br><br><i>1 час</i><br><br><i>1 час</i>                                                             | <i>Коммуникативная деятельность:</i> правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений, тезисов и антитезисов. <i>Работа с информацией:</i> отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. <i>Аналитическая деятельность:</i> чтение и оценка учебных текстов; выделение главной мысли учебного текста; высказывание версий о смысле пословиц и поговорок. <i>Конструктивная деятельность:</i> построение схем «Здоровье человека»,                                                                                                                                                                                                                           | 1, 2, 3, 5, 6                                    | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskie-materialy/obzshkola/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskie-materialy/obzshkola/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |

|                                                    |            |                                                                                                                             |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                    |            | 8. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.                                                   | 1 час          | «Физическое здоровье человека». <i>Аналитическая деятельность</i> : создание памятки «Правила закаливания».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 9. Противодействие экстремизму.                                                                                             | 1 час          | <i>Рефлексивная деятельность</i> : оценка своего физического развития; создание программы закаливания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 10. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.                                                          | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | <b>Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.</b>                       | <b>5 часов</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                    |            | 11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).                                | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 12. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях               | 1 час          | <i>Коммуникативная деятельность</i> : правила участия в диалоге; конструирование суждений и доказательств. <i>Практическая деятельность</i> : анализ «пищевой пирамиды», составление меню ученика 7 класса на день. <i>Конструирование</i> вывода на основе анализа иллюстративного материала, схем и таблиц учебника. <i>Чтение</i> информации, представленной в диаграмме и таблицах. <i>Аналитическая деятельность</i> : работа с информацией, представленной в таблице и иллюстрациях. |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 13. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.                                            | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 14. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера                                           | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 15. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование                                       | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Раздел 2. Военная безопасность государства.</b> | <b>10ч</b> | <b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.</b>                                                    | <b>5 часов</b> | <i>Конструирование</i> характеристики понятия «психическое здоровье человека».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2, 3, 5, 6, 8          | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                    |            | 16. Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. | 1 час          | <i>Практическая деятельность</i> : упражнения на релаксацию. <i>Рефлексивная деятельность</i> : самоконтроль и самооценка — «признаки стресса». <i>Коммуникативная деятельность</i> : построение суждений, доказательств, пояснений. <i>Сравнение и дифференциация</i> : ложное и истинное                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                    |            | 17. Защита населения и территорий от радиационной опасности.                                                                | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                      |             |                                                                                                                |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                      |             | 18. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.                                                | 1 час          | суждение. <i>Деятельность в коллективе:</i> правила совместной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 19. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.                                  | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 20. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи                                                      | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | <b>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.</b>                  | <b>5 часов</b> | <i>Аналитическая деятельность:</i> оценка информации, представленной в тексте.<br><i>Рефлексивная деятельность:</i> самооценка умений общаться, самоанализ учебной деятельности.<br><br><i>Коммуникативная деятельность:</i> конструирование суждений, выбор и объяснение ответа (из представленных альтернативных)                                                                           | 1, 2, 3, 5, 6,   | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                                      |             | 21. Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.                                             | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 22. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.                                                               | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 23. Воинская обязанность и военная служба.                                                                     | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 24. Права и обязанности военнослужащих.                                                                        | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 25. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.                                            | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b> | <b>8 ч.</b> | <b>Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.</b>                   | <b>4 часа.</b> | <i>Коммуникативная деятельность:</i> правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. <i>Работа с информацией:</i> отбор видео- и интернет- материалов и их оценка. <i>Аналитическая деятельность:</i> чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста. | 2, 4, 5, 6, 7, 8 | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                                      |             | 26. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 27. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.                                              | 1 час.         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                      |             | 28. Факторы риска неинфекционных                                                                               |                | <i>Самооценка:</i> определение своих                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                       |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                  |            |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       |      | заболеваний и меры их профилактики.<br><br>29. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.<br><br><b>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.</b><br>30. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.<br><br>31. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.<br><br>32. Первая помощь при кровотечениях, ранениях.<br><br>33. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. | 1 час.<br><br>1 час.<br><br><b>4 часа</b><br><br>1 час.<br><br>1 час<br><br>1 час.<br><br>1 час. | возможностей и способностей.<br><i>Конструирование понятий:</i> природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. <i>Формулирование вывода:</i> почему нужно изучать предмет ОБЖ | 2, 3, 4, 7 |                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Итоговое контрольное тестирование за 10 класс.</b> | 1 ч. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1 час                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                  | 1, 2, 4, 5 | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
| <b>Учебные сборы.</b>                                 | 35ч. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                  |            |                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>ИТОГО:</b>                                         | 69 ч |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 34/35                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                  |            |                                                                                                                                                                                                                                           |

| <b>11 класс (1 час в неделю)</b>    |              |                                                                                                                                                                              |                                                              |                                                                                                                                                                                |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Раздел                              | Кол-во часов | Темы                                                                                                                                                                         | Кол-во часов                                                 | Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)                                                                                              | Основные направления воспитательной деятельности | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                                                                                                                                                                            |
| <b>Раздел 1. Основы комплексной</b> | 15           | <b>Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</b><br>1. Проблемы формирования культуры безопасности | <b>5 часов.</b><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>1 час | <i>Коммуникативная деятельность:</i> правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. <i>Работа с информацией:</i> отбор видео- и интернет- материалов и их оценка. | 2, 3, 5, 7, 8                                    | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |

|                                                      |                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>безопасности личности, общества, государства.</b> | жизнедеятельности человека в современной среде обитания.                                                                        |                        | <i>Аналитическая деятельность:</i> чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста. |               | <a href="http://shkola.obzh/metodicheskie-materialy.html">shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                      | 2. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.                                              | <i>1 час</i>           |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | 3. Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. | <i>1 час</i>           | <i>Самооценка:</i> определение своих возможностей и способностей.                                                                                                                                              |               |                                                                                                        |
|                                                      | 4. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.                                     | <i>1 час</i>           | <i>Конструирование понятий:</i> природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. <i>Формулирование вывода:</i> почему нужно изучать предмет ОБЖ               |               |                                                                                                        |
|                                                      | 5. Основы управления безопасностью в системе «человек-среда обитания».                                                          | <i>1 час</i>           |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | <b>Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.</b>              | <b><u>5 часов.</u></b> |                                                                                                                                                                                                                | 1, 2, 3, 5,   |                                                                                                        |
|                                                      | 6. Обеспечение национальной безопасности России.                                                                                | <i>1 час</i>           |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | 7. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.                                                        | <i>1 час</i>           |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | 8. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.                                                | <i>1 час</i>           |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | 9. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.                             | <i>1 час.</i>          |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | 10. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.                            | <i>1 час.</i>          |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |
|                                                      | <b>Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека.</b>                                                                 | <b><u>5 часов.</u></b> |                                                                                                                                                                                                                | 1, 2, 3, 4, 5 |                                                                                                        |
|                                                      | 11. Экстремальные ситуации криминогенного характера.                                                                            | <i>1 час.</i>          |                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                        |

|                                                                |             |                                                                                               |                 |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                |             | 12. Экстремизм, терроризм и безопасность человека.                                            | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 13. Наркотизм и безопасность человека.                                                        | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 14. Дорожно-транспортная безопасность.                                                        | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 15. Вынужденное автономное существование в природных условиях.                                | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Раздел 2.<br/>Военная<br/>безопасность<br/>государства.</b> | <b>10 ч</b> | <b>Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.</b> | <b>5 часов.</b> |  | 1, 2, 3, 5, 6    | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obshch/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obshch/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                                |             | 16. Основные задачи Вооруженных Сил.                                                          | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 17. Правовые основы воинской обязанности.                                                     | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 18. Правовые основы военной службы.                                                           | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 19. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.                         | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 20. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.                              | 1-час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | <b>Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии.</b>                    | <b>5 часов</b>  |  | 1, 2, 3, 4, 5, 6 |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 21. Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.                | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 22. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.                               | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 23. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.                              | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 24. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации.                                      | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                |             | 25. Боевая слава российских воинов.                                                           | 1 час.          |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Раздел 3.<br/>Основы</b>                                    | <b>8 ч</b>  | <b>Глава 6. Основы здорового образа жизни.</b>                                                | <b>4 часа.</b>  |  | 2, 3, 4, 5, 6, 8 | <a href="https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obshch/metodicheskie-materialy.html">https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obshch/metodicheskie-materialy.html</a> |
|                                                                |             | 26. Демографическая ситуация в России.                                                        | 1 час           |  |                  |                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                |            |                                                                                                                       |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| медицинских знаний и здорового образа жизни.   |            | 27. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.                                                        | 1 час          | суждений и доказательств. <i>Практическая деятельность:</i> анализ «пищевой пирамиды», составление меню ученика 7 класса на день. <i>Конструирование</i> вывода на основе анализа иллюстративного материала, схем и таблиц учебника. <i>Чтение</i> информации, представленной в диаграмме и таблицах. <i>Аналитическая деятельность:</i> работа с информацией, представленной в таблице и иллюстрациях. | 2, 3, 4, 5, 6, 8 | prostranstvo/srednaya-i-starshaya-shkola/obzh/metodicheskie-materialy.html |
|                                                |            | 28. Культура питания.                                                                                                 | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | 29. Вредные привычки. Культура движения.                                                                              | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | <b>Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях.</b>                                                              | <b>4 часа.</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | 30. Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях.                                                        | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | 31. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | 32. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.                                                              | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
|                                                |            | 33. Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.          | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |
| Итоговое контрольное тестирование за 11 класс. | 1 ч.       |                                                                                                                       | 1 час          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2, 3, 5          |                                                                            |
| <b>ИТОГО:</b>                                  | <b>34ч</b> |                                                                                                                       | <b>34</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                  |                                                                            |

В настоящем документе  
пронумеровано, прошнуровано  
и заверено печатью

20 страниц

Директор МБОУ СОШ № 19

С.Н.Нелюбина

