

Полное наименование учебного предмета:

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

XI класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для XI класса создана на основе федерального компонента государственного стандарта среднего общего образования, примерной программы среднего общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и комплексной программы по основам безопасности жизнедеятельности для общеобразовательных учреждений: 5-11 классы /**автор-составитель** А.Т. Смирнов, Б. О. Хренников. – М.: Просвещение, 2011. Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения основ безопасности жизнедеятельности, которые определены стандартом.

Структура документа

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности представляет собой целостный документ, включающий пять разделов: *пояснительную записку; основное содержание* с распределением учебных часов по основным разделам курса; *требования* к уровню подготовки учащихся; *перечень учебно-методического обеспечения* образовательного процесса; *календарно-тематическое планирование*.

Общая характеристика учебного предмета

В настоящей учебной программе реализованы требования Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537); Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690), Федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О гражданской обороне», «Об обороне», «О противодействии терроризму», Постановления Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 г. № 738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций».

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 11 классе 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.

Содержание курса включает теорию и практику здорового образа жизни и защиты человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также теорию и практику оказания первой медицинской помощи.

Изучение курса позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Учебные вопросы распределяются с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам.

Преподавание основ безопасности жизнедеятельности на каждой ступени общеобразовательной школы имеет свои особенности.

На третьей ступени общеобразовательной школы (10—11 классы) завершается формирование у обучающихся основных понятий безопасности жизнедеятельности. В курсе ОБЖ для 11 класса завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, получение представлений об их последствиях и правилах безопасного поведения; о безопасности на дорогах; о терроризме; знакомятся с организацией Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, их организационной структуре, функции и основных боевых задачах, об основных воинских обязанностях.

В системе школьного образования учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» занимает особое место. Он обеспечивает развитие интеллектуальных и творческих способностей ребенка, развивает его абстрактное мышление, память и воображение, формирует навыки самостоятельной учебной деятельности, самообразования и самореализации личности.

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» включает теорию и практику здорового образа жизни и защиты человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также теорию и практику оказания первой медицинской помощи. Обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях локального характера, их последствиях и правилах безопасного поведения; о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения и территорий; знакомятся с организацией Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Содержание обучения русскому основам безопасности жизнедеятельности отобрано и структурировано на основе *компетентностного подхода*. В соответствии с этим формируются и развиваются:

- Ценностно-смысловые компетенции.
- Общекультурные компетенции.
- Информационные компетенции.
- Коммуникативные компетенции.
- Социально-трудовые компетенции.
- Компетенции личностного самосовершенствования.

- Ценностно-смысловые компетенции. Это компетенции, связанные с ценностными ориентирами ученика, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нем, осознавать свою роль и предназначение, уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения. Данные компетенции обеспечивают механизм самоопределения ученика в ситуациях учебной и иной деятельности. От них зависит индивидуальная образовательная траектория ученика и программа его жизнедеятельности в целом.

- Общекультурные компетенции. Познание и опыт деятельности в области национальной и общечеловеческой культуры; духовно-нравственные основы жизни человека и человечества, отдельных народов; культурологические основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций; роль науки и религии в жизни человека; компетенции в бытовой и культурно-досуговой сфере, например, владение эффективными способами организации свободного времени. Сюда же относится опыт освоения учеником картины мира, расширяющейся до культурологического и всечеловеческого понимания мира

- Учебно-познавательные компетенции. Это совокупность компетенций ученика в сфере самостоятельной познавательной деятельности, включающей элементы логической, методологической, общеучебной деятельности. Сюда входят способы организации целеполагания, планирования, анализа, рефлексии, самооценки. По отношению к изучаемым объектам ученик овладевает креативными навыками: добытием знаний непосредственно из окружающей действительности, владением приемами учебно-познавательных проблем, действий в нестандартных ситуациях. В рамках этих компетенций определяются требования функциональной грамотности: умение отличать факты от домыслов, владение измерительными навыками, использование вероятностных, статистических и иных методов познания.

- Информационные компетенции. Навыки деятельности по отношению к информации в учебных предметах и образовательных областях, а также в окружающем мире. Владение современными средствами информации (телевизор, магнитофон, телефон, факс, компьютер, принтер, модем, копир и т.п.) и информационными технологиями (аудио- видеозапись, электронная почта, СМИ, Интернет). Поиск, анализ и отбор необходимой информации, ее преобразование, сохранение и передача.

- Коммуникативные компетенции. Знание языков, способов взаимодействия с окружающими и удаленными событиями и людьми; навыки работы в группе, коллективе, владение различными социальными ролями. Ученик должен уметь представить себя, написать письмо, анкету, заявление, задать вопрос, вести дискуссию и др. Для освоения этих компетенций в учебном процессе фиксируется необходимое и достаточное количество реальных объектов коммуникации и способов работы с ними для ученика каждой ступени обучения в рамках каждого изучаемого предмета или образовательной области.

- Социально-трудовые компетенции. Выполнение роли гражданина, наблюдателя, избирателя, представителя, потребителя, покупателя, клиента, производителя, члена семьи. Права и обязанности в вопросах экономики и права, в области профессионального самоопределения. В данные компетенции входят, например, умения анализировать ситуацию на рынке труда, действовать в соответствии с личной и общественной выгодой, владеть этикой трудовых и гражданских взаимоотношений.

- Компетенции личностного самосовершенствования направлены на освоение способов физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки. Ученик овладевает способами деятельности в собственных интересах и возможностях, что выражается в его непрерывном самопознании, развитии необходимых современному человеку личностных качеств, формировании психологической грамотности, культуры мышления и поведения. К данным компетенциям относятся правила личной гигиены, забота о собственном здоровье, половая грамотность, внутренняя экологическая культура, способы безопасной жизнедеятельности.

Программа курса «Основ безопасности жизнедеятельности» позволяет формировать самосознание человека в позитивном направлении, способствует развитию высоконравственных качеств личности.

Цели обучения

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10—11 классах направлено на достижение следующих целей:

- *воспитание* у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной

и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- *развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

- *освоение* 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 мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- *формирование* умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Реализация указанных целей обеспечивается содержанием про граммы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:

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

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

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

4. В эстетической сфере:

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

5. В трудовой сфере:

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

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;

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

Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в базисном учебном плане

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение основ безопасности жизнедеятельности в 8,10,11 классах -1 час в неделю. Однако, для сохранения преемственности изучения основ безопасности жизнедеятельности, в гимназии имени И.А. Бунина за счет компонента образовательного учреждения предусмотрен в 5,6,7,9 классы -0,5 часа в неделю.

Курс основ безопасности жизнедеятельности в XI классе в соответствии с учебным планом гимназии рассчитан на 34 учебных часа (1 час в неделю).

Общие учебные умения, навыки и способы деятельности

В процессе обучения ученик получает возможность совершенствовать общеучебные умения, навыки, способы деятельности. В процессе изучения основ безопасности жизнедеятельности совершенствуются и развиваются следующие общеучебные умения: **коммуникативные** (владение всеми видами речевой деятельности и основами культуры), **интеллектуальные** (сравнение и сопоставление, соотнесение, синтез, обобщение, абстрагирование, оценивание и классификация), **информационные** (умение осуществлять библиографический поиск, извлекать информацию из различных источников, умение работать с текстом), **организационные** (умение формулировать цель деятельности, планировать ее, осуществлять самоконтроль, самооценку, самокоррекцию).

Результаты обучения

Рубрика «**Знать/понимать**» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «**Уметь**» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (16 часов)

Тема 1 . Основы здорового образа жизни. (6 часов)

Правила личной гигиены. Соблюдение правил личной и общественной гигиены. Основные правила личной гигиены, способствующие укреплению здоровья: разумное сочетание умственного и физического труда, систематическое занятие физической культурой и закаливанием, рациональное питание, полноценный сон, уход за кожей, зубами, волосами, содержание одежды, обуви и жилища, их значение в системе здорового образа жизни. Возрастные требования к соблюдению правил личной и общественной гигиены в местах проживания с неблагоприятной экологической обстановкой.

Нравственность и здоровье. Права и обязанности человека по сохранению и укреплению физического и духовного здоровья. Репродуктивное здоровье.

Основные понятия о любви, браке, семье. Брак и семья. Планирование семьи. Правовые основы о семье, воспитании детей, о моральном и материальном благополучии семьи. Роль половых отношений в формировании репродуктивного здоровья.

Формирование правильного взаимоотношения полов. Болезни, передающиеся половым путем (венерические заболевания, СПИД и др.). Профилактика болезней, передающихся половым путем. Уголовная ответственность за распространение заболеваний, передающихся половым путем. ВИЧ – инфекция. СПИД и его профилактика.

Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. (10 часов)

ПМП при ранениях. Анатомия и физиология. Кровеносные сосуды. Мягкие ткани. Кровотечения и раны. Причины, вызывающие кровотечение. Классификация ран. Правила оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении. Оказание первой меди-

цинской помощи при сильных кровотечениях (точки пальцевого прижатия артерий, наложение давящей повязки, принятие противошоковых мер). Профилактика кровотечений. Профилактика инфицирования ран. Внутренние кровотечения. Признаки внутренних кровотечений. ПМП при внутренних кровотечениях. Профилактика кровотечений. Особенности транспортировки пострадавших при внутренних кровотечениях.

Первая помощь при ранениях. Их виды, характеристика, Наложение повязок. Первая помощь при травматическом шоке. Правила наложения повязок при ранениях, переломах, ушибах. Транспортировка пострадавших. Правила наложения повязок при черепно - мозговой травме, повреждении позвоночника. Правила наложения повязок при ранениях, переломах, ушибах. Транспортировка пострадавших. Особенности оказания ПМП при переломах позвоночника. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Система кровообращения, сердце. Причины сердечно-сосудистых заболеваний. Остановка сердца. Причины, вызывающие остановку сердца. Признаки остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация. Правила оказания ПМП при остановке сердца. Последовательность проведения сердечно-легочной реанимации.

Раздел II Основы военной службы. (9 часов)

Тема 3. Основы обороны государства. (6 часов)

Основы обороны государства. Военская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности граждан. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медосвидетельствования. Категории годности к военной службе.

Тема 4. Особенности военной службы. (5 часов)

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам граждан. Виды воинской деятельности и их особенности. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Психологическая совместимость членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Правовые основы военной службы. Конституция РФ, Федеральные законы: «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», Общевоинские Уставы ВС РФ. Альтернативная гражданская служба.

Общевоинские Уставы ВС РФ - закон воинской жизни. Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы ВС РФ. Устав внутренней службы ВС РФ. Предназначение и основные положения. Устав гарнизонной и караульной службы. Предназначение и основные положения. Дисциплинарный устав, Строевой устав, Боевые уставы. Предназначение и основные положения.

Призыв на военную службу. Время призыва. Организация призыва. Порядок освобождения граждан от призыва на военную службу и предоставления отсрочек.

Военная присяга - клятва воина на верность Родине. Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения к присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга. Прохождение военной службы. Прохождение военной службы по призыву. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени, повседневный порядок жизни воинской части.

Прохождение военной службы по контракту. Сроки и условия прохождения военной службы по контракту. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Составы и воинские звания военнослужащих ВС РФ. Порядок присвоения воинских званий. Военная форма одежды и Международное гуманитарное право. Женевские конвенции.

Права и ответственность военнослужащих. Общие права военнослужащих. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

Тема 5. Военнослужащий - защитник своего Отечества. (3 часа)

Боевые традиции. Патриотизм - духовно- нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг -обязанность по вооруженной защите Отечества. Дружба, воинское товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Памяти поколений - Дни воинской славы. Дни воинской славы России - Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории России. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим, профессиональным качествам гражданина.

Система военного образования, История военного образования в России, Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ. Как стать офицером. Международная деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

Тема 6. Международное гуманитарное право. (2 часа)

Ограничения методов и средств ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Нормы международного гуманитарного права безопасности жизнедеятельности человека. Международные отличительные знаки. Правила использования эмблем красного креста.

Тема 7. Психологические основы подготовки к военной службе. (2 часа)

Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Морально-этические качества военнослужащих. Самовоспитание и самосовершенствование.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик X класса должен

Знать/понимать:

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные требования к призывнику;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- основы подготовки к военной службе;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

Уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
- проводить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца;
- выполнять физические упражнения для развития общей выносливости, ловкости и

т.п.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Литература для учащихся

Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». – М.: Издательство «Просвещение», 2011 г.

Конституция Российской Федерации.

Федеральные законы: "Об обороне", "О гражданской обороне", "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера"// Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. М., 1998-2007.

Литература для учителя

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.;

Рыбин А. Л. Безопасность в дорожно-транспортных ситуациях: пособие для учащихся: 10—11 кл. / А. Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10—11 кл. /А. Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об образовании», «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с сокращением срока военной службы по призыву» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. — М., 1998—2007.

Журналы «ОБЖ. Основы безопасности жизни», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Основы военной службы» - 2004-2009 г.г.

Интернет – ресурсы

- Электронные образовательные ресурсы нового поколения (ЭОР НП): Федеральный центр ИОР www.fcior.edu.ru
- Единая коллекция ЦОР school-collection.edu.ru
- Единое окно доступа к ОР window.edu.ru

Техническое обеспечение образовательного процесса

Материальное-техническое обеспечение кабинетов:

- персональный компьютер с доступом к локальной сети и сети Интернет;
- проектор;
- экран;
- акустические колонки;
- *дополнительное оборудование, используемое на уроке для реализации программы.*

Программное обеспечение:

- операционная система Windows 7;
- интегрированный офисный пакет MS Office 2007 / MS Office 2010;

средства обучения:

- учебно – наглядные пособия (средства индивидуальной защиты: противогазы, ватно – марлевые повязки, аптечка; автомат Калашникова)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Дата проведения урока		Тема занятия	Кол-во часов	Понятия, навыки, умения	Формы контроля	Д/з
	11 А	11 Б					
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (16 часов)							
Основы здорового образа жизни (6 часов)							
1.	5.09	5.09	Правила личной гигиены.	1	<p><i>Знать</i> об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности, о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни, для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.</p>	Решение ситуационных задач	Стр.60-74
2.	12.09	12.09	Нравственность и здоровье	1	<p><i>Знать</i> об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности, о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни, для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.</p>	Решение ситуационных задач	Стр.60-74
3.	19.09	19.09	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1	<p><i>Знать</i> об основах законодательства РФ о семье.</p>	Опрос, беседа, решение	Стр.75-83

					<i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.	ситуационных задач	
4.	26.09	26.09	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики.	1	<i>Знать</i> об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП, о путях заражения ВИЧ-инфекцией. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для ведения здорового образа жизни	Опрос, беседа	Стр.85-97
5.	3.10	3.10	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.	1	<i>Знать</i> об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП, о путях заражения ВИЧ-инфекцией. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для ведения здорового образа жизни	Опрос, беседа	Стр.85-97
6.	10.10	10.10	Контроль знаний по теме «Основы здорового образа жизни»	1	<i>Знать</i> основные понятия по теме.	тестирование	Повторить стр.60-97
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 часов)							
7.	17.10	17.10	Виды кровотечений. Правила остановки кровотечения.	1	<i>Знать</i> виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при травмах, ранениях, кровотечениях, правила наложения жгута и давящей повязки.	Решение ситуационных задач	Стр.101-116
8-9.	24.10, 31.10	24.10, 31.10	Первая помощь при ранениях. Их виды, характеристика. Наложение повязок. Первая помощь при травматическом шоке.	2	<i>Знать</i> виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при травмах, ранениях, кровотечениях, правила наложения жгута и давящей повязки. <i>Владеть навыками</i> оказания первой	Решение ситуационных задач	Стр.101-116

					медицинской помощи при травмах, растяжениях, кровотечениях.		
10.	14.11	14.11	Первая помощь при различных травмах. Ушибы, растяжения, переломы. Виды, их характеристика. Способы иммобилизации.	1	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при травмах. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.	Решение ситуационных задач	Стр.117-131
11.	21.11	21.11	Первая помощь при черепно-мозговой травме, повреждении позвоночника.	1	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при черепно-мозговой травме, травмах груди, живота, позвоночника, спины, травмах в области таза. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при различных травмах.	Решение ситуационных задач	Стр.132-141
12.	28.11	28.11	Первая помощь при травмах живот груди, области таза.	1	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при черепно-мозговой травме, травмах груди, живота, позвоночника, спины, травмах в области таза. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при различных травмах.	Решение ситуационных задач	Стр.132-141
13-14.	5.12, 12.12	5.12, 12.12	Первая помощь при остановке сердца. Клиническая смерть, причины, признаки.	2	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при инсульте, о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приемах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте, проведения	Решение ситуационных задач	Стр.142-159

					искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.		
15.	19.12	19.12	Последовательность оказания экстренной реанимации. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.		<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте, проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.		Стр.142-159
16.	16.01	16.01	Контроль знаний по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».	1	<i>Знать</i> основные понятия по теме.	тестирование	Повторить стр.101-159
ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (19 часов)							
Воинская обязанность (6 часов)							
17.	23.01	23.01	Основные понятия о воинской обязанности; её содержание, структура. Правовые основы воинской обязанности	1	<i>Знать</i> основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Опрос, беседа	Стр.212-221
18.	30.01	30.01	Организация воинского учета и его предназначение.	1	<i>Знать</i> о призыве на военную службу, времени и организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек, об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Во-	Опрос, беседа	Стр.222-230

					<p>оруженных Сил Российской Федерации.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания при постановке на воинский учет; владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе.</p>		
19.	6.02	6.02	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1	<p><i>Знать</i> об основных качествах военнослужащего, о принципе единоначалия в Вооруженных Силах РФ, требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника, общие права и обязанности военнослужащих, виды ответственности, установленной для военнослужащих, значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат и матросов; об уголовной ответственности за преступления против военной службы.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.</p>	Опрос, беседа	Стр.231-242
20.	13.02	13.02	Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1	<p><i>Знать</i> о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевоинских уставов Вооруженных Сил.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы</p>	Опрос, беседа	Стр.243-256

21.	20.02	20.02	Организация медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1	<i>Знать</i> об обязанностях граждан по защите государства, о воинской обязанности, об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника.. <i>Уметь</i> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе, использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Опрос, беседа	Стр.257-261
22.	27.02	27.02	Контроль знаний по теме «Воинская обязанность»	1	<i>Знать</i> основные понятия по теме.	Тестирование	повторение
Особенности военной службы (5 часов)							
23.	6.03	6.03	Правовые основы военной службы. Права и свободы военнослужащих.	1	<i>Знать</i> основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Опрос, беседа	Стр.262-272
24.	13.03	13.03	Общевойские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	<i>Знать</i> о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевойских уставов Вооруженных Сил. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в	Опрос, беседа	Стр.273-281

					себе качеств, необходимых для военной службы		
25.	20.03	20.03	Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.	1	<i>Знать</i> о призыве на военную службу и основные условия прохождения военной службы по контракту, времени и организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек, об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. <i>Уметь</i> использовать полученные знания при постановке на воинский учет; владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе.	Опрос, беседа	Стр.283-290
26.	3.04	3.04	Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.	1	<i>Знать</i> Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военную форму одежды.	Опрос, беседа	Стр.291-299
27.	10.04	10.04	Права и ответственность военнослужащих. Статус военнослужащего. Виды ответственности.	1	<i>Знать</i> о Боевом Знамени воинской части, как символе воинской чести, об орденах, как почетных наградах за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе, о военной форме одежды. <i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Опрос, беседа	Стр.291-299
Военнослужащий –защитник своего Отечества (3 часа)							
28.	17.04	17.04	Военнослужащий – патриот, с че-	1	<i>Знать</i> об основных качествах воен-	Опрос, бесе-	Стр.300-

			стью и достоинством несущий звание защитника Отечества.		нослужащего, об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. <i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	да	311
29.	24.04	24.04	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально- психологическим, профессиональным качествам гражданина.	1	<i>Знать</i> об обязанностях граждан по защите государства, о воинской обязанности, об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника.. <i>Уметь</i> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе, использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Опрос, беседа	Стр.300-311
30.	1.05	1.05	Как стать офицером. Международная деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации	1	<i>Знать</i> основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Опрос, беседа	Стр.300-311
Международное гуманитарное право. (2 часа)							

31.	8.05	8.05	Ограничения методов и средств ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	1	<i>Знать</i> Ограничения методов и средств ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	Опрос, беседа	Стр.312-323
32.	15.05	15.05	Международные отличительные знаки. Правила использования эмблем красного креста.	1	<i>Знать</i> Международные отличительные знаки. Правила использования эмблем красного креста.	Опрос, беседа	Стр.312-323
Психологические основы подготовки к военной службе (2 часа)							
33.	22.05	22.05	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Морально-этические качества военнослужащих. Самовоспитание и самосовершенствование.	1	<i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Опрос, беседа	Стр.192-196
34.	29.05	29.05	Итоговый контроль	1		Тестирование	повторение
Всего часов				34			