

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ВОРКУТА»  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 12» г. Воркуты  
«ВОРКУТА» КАР КЫТШЛОН МУНИЦИПАЛЬНОЙ ЮКДИСА АДМИНИСТРАЦИЯ  
«12 №-а шёр учреждение» Воркута карса Муниципальной велёдан учреждение  
169908, Республика Коми, г. Воркута, ул. Возейская, д. 8  
Тел.: (82151) 6 -28-77 Факс: 8-82151-6-93-10 E-mail: [komischool12@mail.ru](mailto:komischool12@mail.ru)

ОДОБРЕНА  
методическим советом  
Протокол №6  
от 29мая 2015 года



УТВЕРЖДАЮ  
директор МОУ «СОШ № 12» г.Воркут

*Гончар*

А.А.Гончар

(приказ от 29 мая 2015 года №269)

**Рабочая программа**  
**учебного предмета**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
среднего общего образования  
срок реализации программы 2 года

Составитель  
Петров Александр Анатольевич,  
педагог-организатор ОБЖ

г.Воркута  
2015

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета составлена в соответствии с:

- Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта (Приказ Минобразования России № 1089 от 05.03.2004 г.) (в действующей редакции)
- Основной общеобразовательной программой – образовательной программой среднего общего образования Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 12» г. Воркуты с учётом:
- Примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности на базовом уровне.
- Примерной программы по Основам безопасности жизнедеятельности 10-11 классы, под общей редакцией А.Т. Смирнова. Просвещение, Москва, 2007.

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 го класса разработана в рамках Государственной целевой программы обучения населения, подготовки специалистов органов государственного управления Российской Федерации и аварийно – спасательных сил к действиям в чрезвычайных ситуациях в соответствии с требованиями законов Российской Федерации «Об образовании», «Об обороне» №61 от 31.05.96г ст.1,п16, «О воинской обязанности и военной службе» №53 от 28.03.98г ст.9,10,11,12,13,14, и постановлениях Правительства Российской Федерации от 18 апреля 1992 года №261 « О создании Российской системы предупреждения и действия в чрезвычайных ситуациях», от 24 июля 1995 года №738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций».

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

В развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни; - овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Отличительная особенность по сравнению с примерной программой за счёт регионального компонента:

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, действовать в чрезвычайных, криминогенных ситуациях, которые могут возникнуть в городе Воркуте;
- знание профилактики инфекционных заболеваний, которые могут возникнуть в республике Коми.

**Отличительные особенности рабочей учебной программы по сравнению с примерной программой:** По рекомендациям ГМО учителей основ безопасности жизнедеятельности в данной программе включены три логически взаимосвязанных раздела, содержание составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций. Основы подготовки к военной службе поставлены на первое место, так как после изучения данного раздела юноши 10-11 классов в январе месяце в городском военкомате будут поставлены на первоначальный воинский учёт, а учащиеся 10-х классов участвуют в военных сборах.

**Количество часов на изучение программы:**

10 класс -1 час в неделю, 36 часов в год;

11 класс -1 час в неделю, 34 часа в год.

**Используются учебники: «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс.**

Латчук В.И., Марков В.В., Миронов С.Н. Москва. Дрофа. 2011г. «Основы безопасности жизнедеятельности» 11 класс. Латчук В.И., Марков В.В., Миронов С.Н. Москва. Дрофа. 2011г.

## Содержание учебного материала

### 10 класс

Раздел 1. Основы военной службы (12 часов) Глава 1. Назначение, состав и принципы строительства вооружённых сил РФ История создания ВС РФ. Дни воинской славы России. Государственная и военная символика, традиции и ритуалы ВС РФ. Российские ВС на современном этапе, их назначение, состав. Виды ВС, рода войск, вооружение и боевые возможности. Специальные войска, их состав и предназначение. Составы военнослужащих, воинские звания, форма одежды, знаки различия. Размещение и быт военнослужащих. Распределение времени и повседневный распорядок. Глава 2. Общевоинские уставы Дисциплинарный устав, устав внутренней службы. Общие обязанности военнослужащих. Обязанности должностных лиц суточного наряда. Строевая подготовка. Строевая стойка, повороты на месте. Выход из строя и подход к начальнику. Раздел 2. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (14 часов) Глава 1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования. Сущность ориентирования в условиях Севера. Определение сторон горизонта по компасу и местным предметам. Правила поведения в условиях вынужденной автономии, в т.ч северной тундры. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера в условиях города Воркуты. Глава 2. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время. Гражданская оборона. Предназначение и задачи. Ядерное оружие и его боевые свойства. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ. Бактериологическое оружие. Глава 3. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время. Оповещение о чрезвычайных ситуациях. Порядок оповещения жителей города Воркуты. Средства коллективной защиты. Размещения и правила поведения людей в убежище. Средства защиты органов дыхания. Практическое занятие по одеванию противогаза. Специальные средства защиты кожи. Порядок одевания ОЗК. Аптечка индивидуальная (АИ - 1). Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (9 часов) Глава 1. Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и отравлениях Первая медицинская помощь при ранениях, кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Виды переломов костей, повреждения внутренних органов и оказания ПМП. ПМП при отравлении алкоголем. ПМП при отравлении никотином. ПМП при отравлении лекарственными препаратами. Глава 2. Значение двигательной активности для здоровья человека Здоровый образ жизни и его составляющие. Значение для человека двигательной активности и закаливание организма. Биологические ритмы и работоспособность человека. Правила и безопасность дорожного движения.

### 11 класс

Раздел 1. Основы военной службы. (17 часов) Глава 1. Воинская обязанность и военная служба граждан. Военно-учебные заведения ВС РФ. Правила приёма и порядок поступления в военно-учебные заведения. Правовые основы военной службы. Воинская обязанность. Воинский учёт. Подготовка граждан к военной службе. Порядок предоставления отсрочек от военной службы. Призыв граждан на военную службу и порядок освобождения от военной службы. Порядок прохождения военной службы по контракту. Исполнение обязанностей военной службы. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Глава 2. Особенности военной службы. Ответственность военнослужащих за нарушение правовых норм. Преступления против военной службы. Международное гуманитарное право. Защита жертв вооружённых конфликтов. Международные отличительные знаки. Психологические основы подготовки к военной службе. Раздел 2. Гражданская оборона. (6 часов) Глава 1. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля. Измеритель мощности дозы ДП-5. Назначение, устройство, принцип действия и порядок работы с приборами. Индивидуальные дозиметры. Назначение, устройство и порядок работы с приборами. Войсковой прибор химической разведки, назначение, устройство и порядок работы с прибором. Пост радиационного и химического наблюдения. Обязанности личного состава поста. ЧС природного, техногенного и

социального характера. Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (11 часов) Глава 1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте. Способы определения остановки сердечной деятельности, признаки смерти. Последовательность и методика проведения реанимации. Артериальное давление. Техника измерения артериального давления. Пульс (ЧСС). Инфекционные заболевания, наиболее часто встречающиеся в республике Коми, их профилактика. Понятие об иммунитете. Профилактика наиболее часто встречающихся заболеваний на Севере. Глава 2. Основы здорового образа жизни. Болезни, передаваемые половым путём. Статистика венерических заболеваний в городе Воркуте. Правила личной гигиены. Брак и семья. Уход за младенцем. Культура взаимоотношения полов. СПИД и его профилактика в городе Воркуте.

**Тематический план**

№	Наименование разделов, тем.	Количество часов	В том числе	
			К.р	РК
<b>10 класс</b>				
	<b>Раздел 1. Основы военной службы</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	
1.1	Глава 1. Назначение, состав и принципы строительства Вооружённых сил РФ.	8	1	
1.2	Глава 2. Общевоинские уставы	4		
	<b>Раздел 2. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
2.1	Глава 1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	4	1	3
2.2	Глава 2. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	4		
2.3	Глава 3. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время	6	1	1
	<b>Раздел 3. Основа медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	
3.1	Глава 1. Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и отравлениях	6	1	
3.2	Глава 2. Значение двигательной активности для здоровья человека	4		
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>11 класс</b>				
	<b>Раздел 1. Основы военной службы</b>	<b>17</b>	<b>2</b>	
1.1	Глава 1. Воинская обязанность и военная служба граждан.	11	1	
1.2	Глава 2. Особенности военной службы.	6	1	
	<b>Раздел 2. Гражданская оборона.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	
2.1	Глава 1. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.	6	1	
	<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>4</b>
3.1	Глава 1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.	7	1	2
3.2	Глава 2. Основы здорового образа жизни.	4		2
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

**знать/понимать:**

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

**уметь:**

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

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

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

### **Критерии и нормы оценки знаний и умений учащихся применительно к различным формам контроля знаний**

**Оценка «5»** выставляется когда: -полно, осознанно и правильно раскрыто содержание материала в объёме программы и учебника; -имеется самостоятельность и уверенность суждений, использованы ранее приобретённые знания (как на уроках ОБЖ, так и на уроках по другим предметам), а также знания из личного опыта и опыта других людей; - рассказ построен логически последовательно и грамотно с использованием общенаучных приёмов (анализа, сравнения, сопоставления, обобщений и выводов); -чётко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно использованы научные термины.

**Оценка «4»** выставляется когда: -раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно и грамотно в речевом отношении; -в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; - определение понятий не полное, допускаются незначительные нарушения последовательности, искажения, имеются 1-2 неточности в ответе при использовании научных терминов, выводах и обобщениях.

**Оценка «3»** выставляется когда: -освоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно; -определения понятий недостаточно четкие; -не используются в качестве доказательства выводы и обобщения или допускаются ошибки при их изложении, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя; -допускаются ошибки и неточности в использовании научной терминологии и определении понятий.

**Оценка «2»** выставляется:

-не раскрыто основное содержание учебного материала; -не даны ответы на вспомогательные вопросы учителя;

-при проверке домашнего задания не даны ответы ни на один из вопросов, поставленных классу фронтально при решении ситуативных задач или анализе конкретных ситуаций;

-допускаются грубые ошибки в определении понятий и при использовании терминов.



