

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1» г. Горнозаводска

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от 26.08.2020г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
И.о. директора школы  
Р.А.Лобанкова  
Приказ № 297 от 28.08.2020г.



**Рабочая учебная программа  
по ОБЖ для обучающихся 10 класса – 41кл.  
на 2020-2021 учебный год**

Автор: Окулов Анатолий Иванович  
учитель истории и ОБЖ

Уровень общего образования

Среднее (полное) общее образование 10, 11 классы

Количество часов общее: 10 класс – 34 часа, 11 класс – 34 часа, в неделю – 1  
М.П. Фролов Основы безопасности жизнедеятельности Издательство АСТ  
Астрель Учебник" 2014 г.

Рабочая программа составлена на один год обучения в 10 классе, один год  
обучения в 11 классе.

### **Раздел 1. «Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса»**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности  
на базовом уровне ученик должен

#### **Знать и 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.
- 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);

### **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;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

## **Раздел 2. «Содержание учебного предмета, курса»**

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем .

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим



током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)

### **Государственная система обеспечения безопасности населения**

Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

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

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.

### **Основы обороны государства и воинская обязанность**

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные силы Российской Федерации - основа обороны государства. История создания Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.

Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.

Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных силах Российской Федерации.

### Раздел 3. «Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на усвоение каждой темы»

#### 10 класс

№ п/п	Дата урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов
		Безопасность личности, общества и государства	11
		<i>Основы комплексной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз.</i>	5
1	07.09.2017	Основные направления национальной безопасности России	
2	14.09.2017	Государственная и общественная безопасность	
3	21.09.2017	Обеспечение национальной безопасности России на международной арене	
4	28.09.2017	Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). её структура и задачи	1
5	05.10.2017	<i>Контрольная работа по теме: «Основы комплексной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз.»</i>	1
		<i>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны</i>	6
6	12.10.2017	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
7	19.10.2017	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
8	26.10.2017	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	1
9	02.11.2017	Средства индивидуальной защиты Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	1
10	16.11.2017	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения	1
11	23.11.2017	<i>Контрольная работа по теме: «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны»</i>	1
		Основы военной службы	12
		<i>Вооруженные Силы Российской Федерации – надежная защита нашего Отечества</i>	4
12	30.11.2017	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Состав и структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
13	07.12.2017	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации	1
14	14.12.2017	Отдельные рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации и их предназначение.	1



15	21.12.2017	Другие войска, их состав и предназначение.	1
16	28.12.2017	Контрольная работа по теме: «Вооруженные Силы Российской Федерации – надежная защита нашего Отечества»	1
		Правовые основы военной службы	9
17	11.01.2018	Воинская обязанность граждан. Постановление на первоначальный воинский учет	1
18	18.01.2018	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской жизни.	1
19	25.01.2018	Основные виды военно-профессиональной деятельности. Размещение и быт военнослужащих.	1
20	01.02.2018	Суточный наряд. Организация караульной службы.	1
21	08.02.2018	Строевая подготовка	1
22	15.02.2018	Огневая подготовка	1
23	22.02.2018	Основы тактической подготовки	
24	01.03.2018	Контрольная работа по теме: «Правовые основы военной службы»	
		Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	4
		Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	
25	15.03.2018	Правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера	1
26	05.04.2018	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1
27	12.04.2018	Правила поведения в условиях вынужденной автономии	1
28	19.04.2018	Контрольная работа по теме: «Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения»	1
		Здоровый образ жизни	5
		Основы формирования здорового образа жизни	
29	26.04.2018	Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества	1
30	03.05.2018	Здоровье человека и его физическое развитие.	1
31	10.05.2018	Культура питания. Режим труда и отдыха – составляющие здорового образа жизни	1
32	17.05.2018	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1
33	24.05.2018	Промежуточная аттестация по итогам года (устный зачет по билетам)	1
34	31.05.2018	Духовно-нравственное здоровье общества – фактор национальной безопасности России	1
		ИТОГО	34

Всего контрольных работ за год – 5  
Промежуточная аттестация - 1

### 11 класс

№ п/п	Дата урока	Тема раздела, урока	Кол-во часов
		Глобальный комплекс проблем безопасности жизнедеятельности	6
		<i>Будущее безопасности человека</i>	6
1	07.09.2017	Перспективы развития жизни на Земле.	1
2	14.09.2017	Пути решения глобальных проблем безопасности жизни на Земле.	1
3	21.09.2017	Основные направления международного сотрудничества России в области безопасности жизнедеятельности.	1
4	28.09.2017	Состояние окружающей природной среды в России и меры по ее улучшению.	1



5	05.10.2017	Окружающая среда и здоровье человека	1
6	12.10.2017	<i>Контрольная работа по теме: «Будущее безопасности человека»</i>	1
		Основы военной службы	14
		<i>Воинская обязанность</i>	8
7	19.10.2017	Основные сведения о воинской обязанности	1
8	26.10.2017	Организация воинского учета и его предназначение.	1
9	02.11.2017	Порядок постановки граждан на воинский учет. Порядок освидетельствования граждан при постановке на воинский учет.	1
10	16.11.2017	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1
11	23.11.2017	Организация призыва на военную службу.	1
12	30.11.2017	Ответственность граждан по вопросам призыва на военную службу	1
13	07.12.2017	Порядок призыва на военную службу	1
14	14.12.2017	<i>Контрольная работа по теме: «Воинская обязанность»</i>	1
		<i>Правовые основы военной службы</i>	6
15	21.12.2017	Прохождение военной службы по контракту. Особенности прохождения военной службы гражданами женского пола.	1
16	28.12.2017	Альтернативная гражданская служба и порядок ее прохождения	1
17	11.01.2018	Социальные гарантии военнослужащих	1
18	18.01.2018	Права и ответственность военнослужащих	1
19	25.01.2018	Увольнение с военной службы	1
20	01.02.2018	<i>Контрольная работа по теме: «Правовые основы военной службы»</i>	1
		Военно-патриотическое воспитание	8
		<i>Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации</i>	2
21	08.02.2018	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности войск.	1
22	15.02.2018	Взаимоотношения в воинском коллективе.	1
		<i>Символы воинской чести</i>	6
23	22.02.2018	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.	1
24	01.03.2018	Боевое знамя части.	1
25	15.03.2018	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
26	05.04.2018	Воинские звания военнослужащих.	1
27	12.04.2018	Военная форма одежды	1
28	19.04.2018	<i>Контрольная работа по теме: «Символы воинской чести»</i>	1
		Основы медицинских знаний	4
		<i>Основы медицинских знаний</i>	4
29	26.04.2018	Основные инфекционные заболевания.	1
30	03.05.2018	Промежуточная аттестация по итогам года (устный зачет по билетам)	1
31	10.05.2018	Меры профилактики инфекционных заболеваний.	1
32	17.05.2018	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Первая помощь при ранениях и ожогах.	1
33	24.05.2018	Первая помощь при травмах. Ушибы, растяжения связок, вывихи. Первая помощь при отравлениях. Оказание помощи тонущему.	1
		<b>ИТОГО</b>	<b>33</b>

Всего контрольных работ за год – 4  
Промежуточная аттестация - 1