**Пояснительная записка**

Рабочая программа для 10—11 классов представляет со- бой один из возможных вариантов разработки содержания и тематического планирования учебного курса «Основы безопас- ности жизнедеятельности» (базовый уровень) в старших клас- сах основной школы.

Программа разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации в области образования и безопасности жизнедеятельности и отвечает требованиям Федерального го- сударственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Рост техногенных аварий, природных катастроф и соци- альных конфликтов в современном мире подтверждает акту- альность формирования культуры безопасности личности и общества.

**Безопасность** — характеристика качества благополучия со- стояния объектов и условий их жизнедеятельности. Обеспече- ние безопасности объектов требует специальных мер ее орга- низации. Объективные показатели обеспечения безопасности жизнедеятельности могут не совпадать с субъективным ощуще- нием безопасности человеком, людьми.

Под ***безопасностью*** понимают состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государ- ства от внешних и внутренних угроз. Состояние защищенно- сти определяется объективными показателями организации защиты жизненно важных интересов объектов безопасности и субъективными ощущениями людей о степени защищенности их жизнедеятельности в среде обитания.

**Жизненно важные интересы** — это совокупность потреб- ностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает суще- ствование (жизнедеятельность) и возможности прогрессивно- го развития личности, общества, государства.

К *жизненно важным интересам личности* относятся пре- жде всего здоровье, возможность трудиться, отдыхать, учить- ся, жить в достойных для человека условиях, получать квали- фицированную социальную, медицинскую помощь и др. К *жиз-*

3

*ненно важным интересам общества* относятся: гражданский мир, стабильное функционирование и прогрессивное разви- тие экономики, финансовой системы, предприятий обще- ственного хозяйства и социальной сферы, обеспечивающих потребности общества необходимыми товарами и услугами. К *жизненно важным интересам государства* (*национальным интересам*) относятся: суверенитет государства, существую- щий государственный строй, определяющий взаимоотноше- ния личности и общества с властью, законы общества и др.

**Национальные интересы Российской Федерации** — со- вокупность внутренних и внешних потребностей жизни обще- ства, определяющих устойчивое развитие общества и государ- ства во всех сферах жизнедеятельности (внутриполитической, экономической, социальной, международной, военной, эко- логической и т. д.). *Национальная безопасность* — состояние защищенности государством своих национальных интересов от внешних и внутренних угроз.

***Основные угрозы жизненно важным интересам лич- ности, общества, государства*** *—* это неконтролируемые, внезапные, стихийные проявления (действия) сил природно- го, техногенного и социального характера, которые нарушают привычную жизнедеятельность людей, создают опасные для жизни и здоровья ситуации, наносят большой ущерб народно- му хозяйству и природной среде. Это явления как природного характера (биологические, экологические, климатогеогра- фические, техногенные) — аварии, взрывы, катастрофы, так и социального происхождения — войны, грабежи, экстремизм и др.

Опасные ситуации подразделяют на *экстремальные* — сверхопасные для человека и *чрезвычайные* — сверхопасные для большого количества людей, материальных и природных объектов среды жизнедеятельности людей. Неадекватная оцен- ка степени угрозы собственной безопасности является основ- ной причиной травм, других видов ущерба жизни и здоровью людей на производстве, на транспорте, в разных условиях тру- да и отдыха.

Научно-технический прогресс позволил создать комфорт- ную искусственную техногенную среду, но ее сложность и опас- ность требует от людей постоянного внимания, осторожно-

4

сти, знаний правил безопасного поведения, применения пра- вил техники безопасности в разных условиях.

***Ключевая идея программы «Основы безопасности жизнедеятельности»*** — повышение индивидуальной компе- тентности и культуры безопасного поведения школьника, осо- знание ответственности за благополучие и безопасность обще- ства.

***Культура безопасности жизнедеятельности*** — это со- вокупность образцов (моделей) мышления, поведения и деятель- ности личности безопасного типа вследствие соблюдения пра- вил безопасности в разных сферах жизнедеятельности общества. Основу культуры безопасности жизнедеятельности составляет *компетентность личности и общества,* которая формируется в процессе целенаправленного обучения и самостоятельного опы- та соблюдения правил безопасности. Компетентность проявля- ется в умении распознавать опасные ситуации и предотвращать их появление через соблюдение правил техники безопасности.

**Воспитание и самовоспитание** культуры безопасности жиз- недеятельности проявляются через формирование ответствен- ности, дисциплины, привычки к соблюдению правил безопас- ности; в развитии главных человеческих качеств: гуманности (человеколюбия), милосердия, взаимопомощи, терпимости (то- лерантности), любви и доброты по отношению к другим людям.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

1. ***информационно-методическая функция*** позволяет всем участникам образовательного процесса получить пред- ставление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития учащихся средствами данного учебного предмета;
2. ***организационно-планирующая функция*** предусма- тривает выделение этапов обучения, структурирование учебно- го материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей обучающихся старшего школьного возраста.

В программе определен объем содержания образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», дано примерное распределение учебных часов по разделам и темам.

5

Общая характеристика курса

Концепция учебного курса «Основы безопасности жиз- недеятельности» подразумевает формирование культуры безо- пасности жизнедеятельности личности в современном обще- стве на основе научных знаний об опасностях окружающей среды и способах защиты от них.

Содержательные линии учебника позволяют достичь лич- ностных, метапредметных и предметных результатов обуче- ния, которые определены Федеральным государственным об- разовательным стандартом среднего общего образования.

Основные цели изучения предмета ОБЖ:

* содействие повышению уровня защищенности жизнен- но важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз;
* содействие снижению отрицательного влияния челове- ческого фактора на безопасность личности, общества и госу- дарства;
* формирование основ экологического мышления, осозна- ние влияния культуры безопасности жизнедеятельности и социально-экономических процессов на состояние природ- ной среды, приобретение опыта природоохранной деятельно- сти;
* осознание ответственности и потребности в формирова-

нии культуры семейных отношений на основе принятия цен- ностей семейной жизни — любви, равноправия, заботы, ответ- ственности;

* профилактика асоциального поведения учащихся, фор- мирование антиэкстремистского и антитеррористического по- ведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Достижение целей обеспечивается решением **следующих задач** в образовательном процессе:

* **обучение** учащихся стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности, обеспечивающее усвоение знаний о пра- вах и обязанностях личности, общества и государства в обла- сти безопасности, о здоровом образе жизни, формирование умений предвидеть и распознавать опасности, грамотно дей-

6

ствовать, используя индивидуальные и коллективные средства защиты, оказывать первую помощь, реализуя стратегию мини- мизации негативных последствий для собственного здоровья, благополучия других людей и среды обитания;

* **воспитание** чувства личной сопричастности и ответ- ственности за обеспечение индивидуальной, общественной (социальной) и государственной безопасности; четкой право- вой гражданской позиции по сохранению социального мира, по правовому поведению в социальных конфликтах; ценност- ного отношения к любой жизни, к своему здоровью, здоровью людей и среде обитания;
* **развитие** личных духовных и физических качеств: само- дисциплины, самоконтроля, самооценки собственной культу- ры безопасного поведения и деятельности, обеспечивающих личную и общественную безопасность.

При отборе содержания курса авторы исходили из следую- щих педагогических принципов:

1. **Социогуманитарная обусловленность** — учет требова- ний Федерального государственного образовательного стан- дарта в предметной области «Основы безопасности жизнедея- тельности».
2. **Природосообразность** — учет возрастных психофизиче- ских особенностей и потребностей старшеклассников, ак- туализация субъектной позиции обучающихся по социально- правовой подготовке в области безопасности жизнедеятельно- сти.
3. **Преемственность** всех ступеней образования — инфор- мационно-методическое соответствие целей и содержания предмета ОБЖ в средних и старших классах школы.
4. **Научность, связь теории с практикой** — опора на мето- дологические средства теории безопасности жизнедеятельно- сти; формирование конкретных умений.
5. **Системность** — представление среды и ее объектов в ка- честве систем, изучение взаимодействия которых ведет к ана- лизу причин и следствий проявления опасностей в среде жиз- недеятельности.
6. **Интегративность** — межпредметные и внутрипредмет- ные связи гуманитарного и естественно-научного знания по проблеме безопасности жизнедеятельности.

7

1. **Культуросообразность** — расширение представлений о ценности, значимости культуры безопасности жизнедеятель- ности личности и общества, о ее месте и роли в совокупном комплексе общей культуры жизнедеятельности человека и об- щества в современной среде обитания.

Место курса в базисном учебном плане

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10—11 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 10 классе и 34 часа в 11 классе (всего 70 часов). По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы про- должительностью 35 часов.

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельно- сти» призвана способствовать освоению учащимися теорети- ческих знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в форми- ровании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является ***интегрированным***, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, граж- данская оборона, начальная военная подготовка, основы меди- цинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельно- сти человека в современной среде обитания.

Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентиро- ваны на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоз- зренческих, воспитательных и развивающих задач по форми- рованию культуры безопасности жизнедеятельности.

Требования к результатам обучения

Личностные результаты:

* развитие духовных и физических качеств, определяю- щих готовность и способность обучающихся к самораз- витию и личностному самоопределению на основе со- циально одобряемых и рекомендуемых моделей безопас- ного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жиз- недеятельности человека в среде обитания;
* формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осоз- нанном соблюдении норм и правил безопасности жиз- недеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятель- ности;
* развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индиви- дуальной культуры здоровья и безопасности жизнедея- тельности;
* воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
* формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и граж- данскую позиции в осознании национальной идентич- ности, соблюдение принципа толерантности во взаимо- действии с людьми в поликультурном социуме;
* воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к инди- видуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

10

***умения познавательные, интеллектуальные*** (*анали- тические*, *критические*, *проектные*, *исследовательские*, *работы с информацией*: *поиска*, *выбора*, *обобщения*, *сравнения*, *систе- матизации* и *интерпретации*):

* *формулировать* личные понятия о безопасности и учеб- но-познавательную проблему (задачу);
* *анализировать* причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; *обобщать и сравнивать* по- следствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
* *выявлять причинно-следственные связи* опасных ситуа- ций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
* *генерировать идеи, моделировать* индивидуальные ре- шения по обеспечению личной безопасности в повсе- дневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; *планиро- вать* — определять цели и задачи по безопасному пове- дению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
* *выбирать* средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспече- нии личной безопасности;
* *находить, обобщать* и *интерпретировать информацию* с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и дру- гих информационных ресурсов;
* *применять* теоретические знания в моделировании си- туаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

***умения коммуникативные*:**

* *взаимодействовать с окружающими*, вести конструк- тивный диалог*,* понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
* *выполнять* различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обе- спечению безопасности личности, общества, государ- ства;

11

***умения регулятивные* (*организационные*):**

* *саморегуляция и самоуправление* собственным поведе- нием и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
* *владение навыками* учебно-исследовательской и проект- ной деятельности;
* *владение навыками* познавательной рефлексии (осоз- нание совершаемых действий и мыслительных процес- сов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достиже- ния;
* *владение практическими навыками* первой помощи, фи- зической культуры, здорового образа жизни, экологиче- ского поведения, психогигиены.

Предметные результаты предполагают формирование ос- нов научного (критического, исследовательского) типа мышле- ния на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безо- пасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвы- чайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о воен- но-силовых ресурсах государства по защите населения и тер- риторий;

***в ценностно-ориентационной сфере*:**

* ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и

12

мотивации, антиэкстремистского поведения, граждан- ской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проек- тировать модели безопасного поведения;

* осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

***в коммуникативной сфере*:**

* умение находить необходимую информацию по вопро- сам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
* умение сотрудничать с другими людьми, выполнять со- вместно необходимые действия по минимизации по- следствий экстремальной ситуации;
* стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

***в эстетической сфере*:**

* умение оценивать с эстетической (художественной) точ- ки зрения красоту окружающего мира;
* умение различать эргономичность, эстетичность и безо- пасность объектов и среды обитания (жизнедеятельно- сти);

***в бытовой, трудовой и досуговой сфере*:**

* грамотное обращение с бытовыми приборами, техниче- скими устройствами;
* соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
* соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
* знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
* умение оказывать первую помощь;
* правоохранительное поведение в социальной и приро- доохранной сфере;

***в сфере физической культуры и здорового образа жизни*:**

* накопление опыта физического и психического совер- шенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

13

* выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: вынос- ливости, силы, ловкости, гибкости, координации, ско- ростных качеств, обеспечивающих двигательную актив- ность;
* соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомле- ния и дистресса здоровыми способами физической ак- тивности;
* умение правильно оказывать первую помощь при трав- мах на занятиях физической культурой и в экстремаль- ных ситуациях.

Особенности содержания курса

В содержании курса «Основы безопасности жизнедея- тельности» учтены положения федеральных законов Россий- ской Федерации и других нормативно-правовых актов в обла- сти безопасности личности, общества и государства. За основу проектирования структуры и содержания программы курса принят *модульный принцип ее построения и принцип «мини- макса»* к отбору и наполнению учебно-познавательной инфор- мацией.

Программа реализует роль **навигации** индивидуального образовательного маршрута старшеклассника в образователь- ном пространстве реальной и виртуальной информации по во- просам безопасности жизнедеятельности. Интеллект лично- сти, экологическое мировоззрение и мотивация, научно-прак- тические знания и умения — основные ресурсы культуры безопасности.

***Модульный принцип*** определяет выделение трех учебных разделов, охватывающих весь объем содержания курса ОБЖ, а принцип «минимакса» положен в основу структурирования учебной информации каждого раздела. Модульный принцип позволяет:

* эффективнее организовать учебно-воспитательный про- цесс по формированию культуры безопасности жизнедеятель- ности старшеклассников с учетом ресурсных возможностей разных типов организаций основного образования и особен- ностей среды жизнедеятельности населения разных регионов России;
* обеспечить межпредметные связи при изучении содер- жания ОБЖ и преемственность содержания учебных модулей (тематики ОБЖ) в средних и старших классах школы, в учреж- дениях основного и дополнительного образования;
* разработать варианты оценки достижений учащихся на репродуктивном, продуктивном, творческом уровнях, исполь- зуя методы шкалирования, балльно-рейтинговой оценки, кре- дитно-модульной, экспертной оценки портфолио, позволяю- щие проследить продвижение школьника на индивидуальном

15

образовательном маршруте по формированию культуры безо- пасности жизнедеятельности.

Учебная информация структурирована по принципу «ми- нимакса»:

* в каждом параграфе приводятся *общие термины и поня- тия*, определяющие *условные границы компетентности* школь- ника по изучаемой теме (**максимум**);
* в начале параграфа выделены **ключевые термины и по- нятия**, определяющие обязательный для школьника минимум теоретико-практических знаний, требуемый для прохождения итогового контроля по изучаемой теме в форме тестирования, собеседования, презентации учебно-исследовательской рабо- ты, экзамена.

Принцип «минимакса» предполагает формирование ком- петентности и культуры безопасности жизнедеятельности лич- ности не за счет роста объема учебно-познавательной инфор- мации, а за счет ее повторения, обобщения и систематизации знаний всех школьных предметов.

Структурные компоненты программы ОБЖ — три содер- жательных модуля:

## основы безопасности личности, общества, государ- ства в современной среде обитания;

* **основы обороны государства и военная безопасность**;
* **основы медицинских знаний и здорового образа жиз-**

**ни**.

Каждый модуль программы — это раздел содержания курса

ОБЖ, который состоит из нескольких частей (глав). Каждая глава включает пять тем (параграфов). Содержание учебного материала в каждом классе представлено в форме опорного кон- спекта (всего 35 тем), в котором кратко изложены ключевые понятия, основные характеристики опасных и чрезвычайных ситуаций, научные подходы к теории безопасности жизнедея- тельности, вопросы, задания, примерная тематика учебно- исследовательской работы школьников, рекомендации специа- листов по предупреждению опасных ситуаций и безопасному поведению населения. Раздел завершается самопроверкой тео- ретической готовности ученика по ключевым вопросам.

16

# Содержание курса. 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 со- временной среде обитания. Междисциплинарные основы тео- рии безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельно- сти человека в среде обитания. Психологические основы безо- пасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

## Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства

Права и обязанности государства и граждан России по обе- спечению безопасности жизнедеятельности. Защита нацио- нальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характе- ра. Противодействие экстремизму. Противодействие терро- ризму, наркотизму в Российской Федерации.

## Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях

Единая государственная система предупреждения и ликви- дации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприя- тия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и тер- риторий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и тер- риторий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженер- ных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

17

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 массово- го поражения*.* Защита населения и территорий от биологиче- ской и экологической опасности*.* Средства индивидуальной за- щиты органов дыхания и кожи.

## Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Вооруженные Силы Российской Федерации: организаци- онные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федера- ции. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязан- ности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Воору- женных 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 обществен-

ного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профи- лактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и ме- ры их профилактики. Профилактика заболеваний, передаю- щихся половым путем.

## Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и по- рядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сер- дечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, рас- тяжении связок, вывихах, переломах.

18

# Содержание курса. 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 жизне- деятельности человека в современной среде обитания. Этиче- ские и экологические критерии безопасности современной на- уки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности чело- века в среде обитания. Основные подходы и принципы обес- печения 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. Обес- печение социальной, экономической и государственной безо- пасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и терри- торий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терро- ризму.

## 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 усло- виях.

19

Раздел 2. Военная безопасность государства

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

Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы во- инской обязанности. Правовые основы военной службы. Под- готовка граждан к военной службе: обязательная и доброволь- ная. Требования воинской деятельности к личности военно- служащего.

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

Особенности военной службы по призыву и альтернатив- ной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии Рос- сии в «горячих точках» мира. Военные операции на террито- рии России: борьба с терроризмом. Военные учения Воору- женных 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. Культу- ра движения.

## Глава 7. Первая помощь

**при неотложных состояниях**

Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравля- ющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никоти- ном, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веще- ствами.

Тематическое планирование

Авторская программа «Основы безопасности жизнеде- ятельности» предлагает один из возможных вариантов тема- тического планирования, в котором даны краткое описание основных вопросов, ключевых понятий каждой темы и реко- мендуемые виды учебной деятельности учащихся по освоению темы.

**Основные виды учебной деятельности** школьников:

1. ***учебно-познавательная*:**

*развитие информационной компетентности и функцио- нальной грамотности по ОБЖ* в процессе повторения прой- денного: изучение ключевых понятий темы, терминов и опре- делений, научных подходов к выявлению факторов риска для жизни и здоровья; закрепление нового материала на репродук- тивном и продуктивном уровне: вопросы и задания; планиро- вание личного поведения в экстремальной ситуации, само- определение достаточности личных знаний по изучаемой теме; опыт самостоятельной творческой деятельности, сотруд- ничества в малой группе: учебно-исследовательской, проект- ной (коммуникация, презентация, портфолио);

1. ***аналитическая*:**

выявление причинно-следственных связей между явления- ми и событиями, определяющими состояние опасности (безо- пасности) среды жизнедеятельности; моделирование страте- гии безопасного поведения и оценка личной готовности к ми- нимизации риска ущерба здоровью и безопасности;

1. ***практическая деятельность по формированию ключевых компетенций и компетентности по безопасно- сти жизнедеятельности*:** формирование личных убежде- ний, гражданской позиции, правовой грамотности, психофи- зической готовности к выработке качеств, полезных привы- чек, способов (моделей) безопасного поведения в опасных ситуациях, определяющих общую компетентность по безопас- ности жизнедеятельности:

* ***мотивационный компонент*** — формирование личных убеждений, ценностей и смыслов изучаемых понятий предмета

21

«Основы безопасности жизнедеятельности», гражданской по- зиции, правовой грамотности, личного отношения к вопросам охраны здоровья и обеспечения безопасности жизнедеятель- ности;

* ***информационный компонент*** — формирование науч- ного мировоззрения, научной картины целостного восприя- тия мира и человека в нем; использование научных подходов в освоении моделей безопасного поведения в экстремальных ситуациях, в формировании культуры безопасности жизнедея- тельности личности, умение находить необходимую информа- цию по предмету ОБЖ, включая формирование индивидуаль- ной системы здорового образа жизни;
* ***операционный компонент*** (практические умения, опыт): предвидеть возникновение наиболее часто встречаю- щихся опасных ситуаций и грамотно действовать, обеспечивая личную и общественную безопасность в случае экстремальной ситуации; пользоваться средствами индивидуальной и коллек- тивной защиты, оказывать первую помощь при неотложных состояниях; опираться в решении спорных вопросов на норма- тивно-правовые акты и законы Российской Федерации.

Авторами программы целенаправленно транслируется ключевая роль формирования **экологической компетентно- сти** обучающихся как неотъемлемой части культуры безопасно- сти жизнедеятельности в современной среде обитания.

Экологическое мышление и культура безопасности жиз- недеятельности личности и общества определены специали- стами как ключевые ресурсы выживания современной циви- лизации.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» включает материал по основам здорового образа жизни, кото- рый нацелен на понимание подростком себя, осознание свое- го предназначения, потребностей, особенностей индивидуаль- ного развития и социальных требований к культуре безопасно- сти жизнедеятельности личности в современном мире.

Теоретический материал и практические рекомендации в учебнике являются итогом обобщения опыта, накопленно- го за последние десятилетия врачами, спасателями, пожарны-

22

ми, психологами и преподавателями. Природа жизнедеятель- ности человека и технического прогресса такова, что опасные события и явления всегда были, есть и будут, и каждый чело- век должен быть готов к ним морально, физически и методи- чески. Задачи, которые ставили перед собой авторы учебно- методического комплекта, — научить школьников методически грамотному поведению в экстремальных и чрезвычайных ситу- ациях; содействовать формированию общей культуры безопас- ности жизнедеятельности в современной среде обитания.

В случае экстремальной ситуации знания и умения, полу- ченные при изучении курса основ безопасности жизнедеятель- ности, могут стать опорой, уменьшить вероятность страха и паники при выполнении действий, необходимых для спасения своей жизни и жизней других людей.

Учебно–методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

24

# Материально-техническое обеспечение курса «ОБЖ»

Эффективность освоения учащимися курса «Основы безо- пасности жизнедеятельности» зависит от материально-техни- ческого оснащения кабинета ОБЖ. Кабинет ОБЖ должен включать классную комнату и лаборантскую. В классе размеща- ются средства оснащения, необходимые для проведения теку- щих занятий с учащимися:

учебно-методическая литература;

аудио-, видеоаппаратура, проекционная аппаратура; средства программного обучения и контроля знаний; макеты, муляжи, модели;

тренажеры; стенды, плакаты;

средства индивидуальной защиты; аудиовизуальные пособия.

# Нормативно-правовые документы

Конституция Российской Федерации; Уголовный кодекс Российской Федерации; Федеральный закон «О гражданской обороне»; Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»; Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техно- генного характера»; Федеральный закон «О пожарной безопас- ности»; Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»; Федеральный закон «О противодействии терро- ризму»; общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

# Аудио-, видеоаппаратура, проекционная аппаратура

Интерактивная доска. Компьютер.

62

Мультимедийный проектор. Экран настенный.

# Средства программного обучения и контроля знаний

Электронные программы и пособия по учебному разде- лу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуа- ций».

Электронные программы и пособия по учебному разделу

«Основы медицинских знаний и правила оказания первой по- мощи».

Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях.

Электронное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах».

Электронные обучающие программы «Действия при ава- риях на химически опасных объектах».

# Макеты, муляжи, модели

Макеты местности, отражающие расположение потенци- ально опасных объектов, дорог, водоемов, убежищ (регион проживания учащихся).

Макеты потенциально опасных элементов бытового, учеб- ного, досугового технологического оборудования.

Макеты фильтрующих, изолирующих и других противога- зов и респираторов в разрезе.

Макеты убежищ, укрытий с основными системами жизне- обеспечения.

Муляжи тела человека.

# Тренажеры

Тренажер для тренировки навыков проведения искус- ственного дыхания.

Фантом-тренажер для искусственной вентиляции легких и наружного массажа сердца.

63

# Учебно-наглядные пособия: стенды и плакаты или электронные издания

Единая государственная система предупреждения и ликви- дации чрезвычайных ситуаций.

Безопасность на улицах и дорогах. Криминогенные ситуации.

Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи.

Правила поведения при землетрясениях. Пожары, взрывы.

Наводнения, затопления. Классификация пожаров.

Правила оказания первой помощи. Личная гигиена.

Химическое оружие. Бактериологическое оружие. Взрывоопасные предметы.

Ордена России.

Текст военной присяги.

Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Приемы и правила метания ручных гранат.

Организация и несение внутренней службы. Строевая подготовка.

Гражданская оборона.

# Средства индивидуальной защиты

Средства защиты органов дыхания: ватно-марлевые повяз- ки; противопылевые маски; респираторы; противогазы.

Средства защиты кожи.

Средства медицинской защиты: аптечка индивидуальная; индивидуальный перевязочный пакет; противохимический пакет.

# Аудиовизуальные пособия

Учебные видеофильмы (лицензионные) по поведению в чрезвычайных ситуациях природного, социального и техно- генного характера.

64

# Учебно-методический комплект по основам безопасности жизнедеятельности

*Ким С. В., Горский В. А.* Основы безопасности жизнедея- тельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

*Ким С. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

*Ким С. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

# Учебно-методическая литература

Безопасность на дорогах и на транспорте / М. В. Иашви- ли, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Гражданская защита: энциклопедический словарь С. К. Шойгу. — М.: ДЭКС-ПРЕСС.

*Кисляков П. А., Петров С. В., Филанковский В. В.* Социальная безопасность личности, общества, государства: учебное посо- бие. — М.: Русский журнал.

Криминальные опасности и защита от них: учебное посо- бие / Г. Г. Гумеров, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Эксмо.

Опасности техногенного характера и защита от них: учеб- ное пособие / С. В. Петров, И. В. Омельченко, В. А. Мака- шёв. — Новосибирск: АРТА.

Основы обороны государства и военной службы: учебное по- собие / А. Д. Корощенко, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся 10—11 классов / А. А. Волокитин,

Н. Н. Грачев, В. А. Жильцов и др. — М.: Дрофа.

*Петров С. В., Кисляков П. А*. Информационная безопас- ность: учебное пособие. — М.: Русский журнал.

*Селиванов И. П., Конорева И. А*. Локальные конфликты в XX веке: геополитика, дипломатия, войны. 10—11 классы: учебное пособие. — М.: Дрофа.

Энциклопедия педагогической валеологии (основные ме- дико-психологические, экологические, педагогические и спе-

65

циальные термины, определения, понятия) / под ред. проф. Г. Я. Рябинина. — СПб.

*Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреж- дении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнеде- ятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-мето- дическое пособие. — М.: Дрофа.

*Соловьев С. С.* Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья челове- ка: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Харьков Н. Г.* Стрелковая подготовка в курсе «Основы безо- пасности жизнедеятельности». 10—11 классы: методическое по- собие. — М.: Дрофа.

*Иашвили М. В., Петров С. В.* Безопасность на дорогах и на транспорте: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

*Хромов Н. И.* Методика проведения практических занятий по основам военной службы. 10—11 классы: учебно-методиче- ское пособие. — М.: Дрофа.

*Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Петров С. В., Быструш- кин С. К.* Прикладная физическая подготовка и основы само- обороны: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

*Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щербаков В. А.* Ос- новы защиты от терроризма: учебное пособие. — М.: Дрофа.

*Петров С. В., Петрова А. С.* Правовое регулирование и орга- ны обеспечения безопасности жизнедеятельности: учебное по- собие. — Новосибирск: АРТА.

# Справочные пособия

*Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К.* Защита от чрезвы- чайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справоч- ник. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

66

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при террористи- ческих актах: справочник по основам безопасности жизнедея- тельности. — М.: Дрофа.

## Интернет-ресурсы

[http://edu.gov.ru](http://edu.gov.ru/) — официальный сайт Министерства про- свещения Российской Федерации.

[http://minobrnauki.gov.ru](http://minobrnauki.gov.ru/) — Министерство науки и выс- шего образования Российской Федерации.

[http://mil.ru](http://mil.ru/) — официальный сайт Министерства оборо- ны Российской Федерации.

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru/) — официальный сайт МЧС России. <http://fcior.edu.ru/> — сайт Федерального центра инфор-

мационно-образовательных ресурсов.

[http://www.garant.ru](http://www.garant.ru/) — информационно-правовой портал

«ГАРАНТ».

[http://rosuchebnik.ru](http://rosuchebnik.ru/) — корпорация «Российский учеб- ник».

[http://www.ruor.org](http://www.ruor.org/) — сайт Российского союза спасателей. [http://www.school-obz.org](http://www.school-obz.org/) — сайт журнала МЧС России

«Основы безопасности жизнедеятельности».

[http://school-collection.edu.ru](http://school-collection.edu.ru/) — Единая коллекция цифро- вых образовательных ресурсов.

[http://rosolymp.ru](http://rosolymp.ru/) — информационный портал Всероссий- ской олимпиады школьников.