

1. Пояснительная записка

Основными нормативными документами, определяющими содержание данной рабочей программы, являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273 – ФЗ;
- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта основного общего образования и среднего (полного) общего образования (утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (в редакции приказов Министерства образования и науки РФ от 03.06.2008 N 164, от 31.08.2009 N 320, от 19.10.2009 N 427, от 10.11.2011 N 2643, от 24.01.2012 N 39, от 31.01.2012 N69, от 23.06.2015 N 609);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 345 от 28.12.2018 года «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Учебный план МКОУ «СОШ № 11 имени Героя России Трошева Г.Н.» г.о. Нальчик на 2020-2021 учебный год
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 (в редакции приказов Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645, 31.12.2015 № 1578, 29.06.2017 № 613);

Целью изучения предмета в основной школе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на решение следующих **задач**:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасной жизнедеятельности;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие эмоционально-волевых качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями определять потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Главной целью курса по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка обучающихся к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Место предмета в учебном плане.

Программа составлена из расчета 1 час в неделю, 35 недель, 35 часов за год.

Программа реализуется на основе использования учебников: под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс», Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2019.

2. Требования к уровню подготовки обучающихся.

Уровень физической подготовленности учащихся 11 – 18 лет

знать/понимать

- правила безопасного поведения на улицах и дорогах;

- правила пожарной безопасности и поведения при пожарах;
- правила безопасного поведения на воде;
- о возможных аварийных ситуациях в жилище (образовательном учреждении), причинах их возникновения и правилах поведения;
- правила поведения в криминогенных, ситуациях;
- правила поведения на природе;
- правила поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания;
- о возможных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района, способах оповещения о них и правилах безопасного поведения;
- об основных мероприятиях ГО по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций;
- об основных хронических неинфекционных заболеваниях, их причинах и связи с образом жизни;
- об инфекционных заболеваниях и основных принципах их профилактики;
- основные правила поведения в повседневной жизни дома, на улице, в школе и во время занятий спортом с целью предупреждения травматизма.

владеть навыками:

- безопасного поведения на дорогах;
- использования первичных средств пожаротушения и пожарно-технического вооружения при возникновении пожара;
- оказания помощи терпящим бедствие на воде;
- определение сторон горизонта, движения по азимуту, по разведению костра и приготовлению пищи на костре;
- выполнения мероприятий ГО по защите от ЧС мирного и военного времени, по использованию индивидуальных средств защиты;
- оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, растяжениях, укусах насекомых, при тепловом и солнечном ударах;

иметь представление:

- об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях;
- о ЧС природного и техногенного характера, возникающих на территории России, их последствиях и мерах, принимаемых по защите населения, а также о правилах безопасного поведения;
- об основах здорового образа жизни.

3. Содержание учебного предмета

Содержание программы включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во уроков	10А
----------	------------	------------------	-----

			Дата по плану	Дата по факту
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1		
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
5	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1		
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1		
7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1		
8	Противодействие экстремизму.	1		
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	1		
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1		
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1		
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1		
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1		
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1		
15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1		
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1		
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1		
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1		
19	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	1		
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	1		

21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1		
22	Воинская обязанность и военная служба.	1		
23	Правила и обязанности военнослужащих.	1		
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1		
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1		
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1		
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1		
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1		
29	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	1		
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1		
31	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	1		
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1		
33	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	1		
34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Контроль знаний (тестирование)	1		
35	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Контроль знаний (тестирование)	1		