

**Приложение 1.1.18**  
к основной образовательной программе  
среднего общего образования (ФК ГОС)  
МБОУ СОШ № 10

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом МБОУ СОШ № 10  
от 26 января 2021 г. № 10

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету  
**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
10-11 класс  
(базовый уровень)

## **1. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ**

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.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА**

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности

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 обеспечения 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.**

<\*> Заглавными буквами в тексте выделен материал, который подлежит изучению, но не включается в Требования к уровню подготовки выпускников.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» проводится обучение учащихся начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы (приказ Министра обороны РФ №96, Минобрнауки РФ №134 от 24.02.2010 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательном учреждении среднего (полного) общего образования, образовательных учреждений начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 12.04.2010 № 16866) .Обучение учащихся начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы предусматривают проведение ежегодных учебных сборов. К участию в учебных сборах привлекаются все граждане, обучающиеся в образовательных учреждениях и в учебных пунктах, за исключением имеющих освобождение от занятий по состоянию здоровья. Обучение учащихся женского пола начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы осуществляется в добровольном порядке. В ходе сборов изучаются: размещение и быт военнослужащих, организация караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовок, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации. Учебный процесс, осуществляется во время учебных сборов, организация в соответствии с расчетом часов по предметам обучения, учебно-тематическим планом и распорядком дня. Учащимся, уклонившимся от учебных сборов, выставляется неудовлетворительная оценка за сборы. Для учащихся, не прошедших учебные сборы по уважительным причинам, в образовательном учреждении (учебном пункте) организуется теоретическое изучение материалов учебных сборов и сдача зачетов.

### 3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

<b>10 класс</b>		
№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>10</b>
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Автономное пребывание человека в природной среде.	1
2	Основные положения концепции национальной безопасности Российской Федерации. Обеспечение безопасности в криминогенных ситуациях.	1
3	Чрезвычайные ситуации социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера	1
4	Чрезвычайные ситуации природного(метеорологические, геологические, гидрологические, биологические) характера	1
5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности))	1
6	Современный комплекс проблем безопасности социального характера. Военные угрозы национальной безопасности России.	1
7	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита,	1

	эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения)	
8	Контрольная работа за 1 четверть.	1
9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). 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)	1
10	Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	1
	<b>Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности</b>	<b>8</b>
11	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний Основные инфекционные заболевания, их классификация	1
12	Здоровый образ жизни и его составляющие Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.	1
13	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1
14	Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Значение двигательной активности для здоровья человека.	1
15	Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека	1
16	Контрольная работа за 1 полугодие	1
17	Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	1
18	Основные виды оружия и их поражающие факторы	1
	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>17</b>
19	Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.	1
20	Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.	1
21	История создания Вооруженных Сил.	1
22	Состав Вооруженных Сил РФ.	1
23	Виды Вооруженных Сил. Рода войск.	1
24	Военно-морской флот, военно-воздушные силы	1
25	Воздушно-десантные войска, космические войска	1
26	Контрольная работа за 3 четверть	1
27	Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
28	Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан	1
29	Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву	1
30	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	1
31	Организация караульной службы. Общие положения	1
32	Строевая подготовка. Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия	1
33	Огневая подготовка. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	1
34	Итоговая контрольная работа.	1
35	Практическая работа «Стрельба из пневматической винтовки»	1
	<b>Учебные сборы</b>	<b>35</b>
36	Учебные сборы	35

<b>11 класс</b>		
№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
<b>Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности</b>		<b>15</b>
1	Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов)	1
2	Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пассажиров и водителей транспортных средств).	1
3	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности	1
4	Нравственность и здоровье. Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики	1
5	Контрольная работа за 1 четверть.	1
6	Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены.. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	1
7	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	1
8	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1
9	Первая помощь при ранениях, переломах, кровотечениях.	1
10	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах	1
11	Первая медицинская помощь при поражениях электрическим током	1
12	Первая помощь при травмах в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.	1
13	Первая помощь при остановке сердца. Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1
14	Контрольная работа за 1 полугодие	1
15	Обобщение знаний по теме "Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности "	1
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>2</b>
16	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1
17	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>18</b>
18	Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства.	1
19	Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
20	Общие обязанности и права военнослужащих	1
21	Военная форма одежды	1
22	Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.	1
23	Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование.	1
24	Обязательная подготовка к военной службе. Организация медицинского освидетельствования при постановке граждан на воинский учет	1
25	Контрольная работа за 3 четверть	1
26	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1

27	Правовые основы военной службы	1
28	Общевоинские уставы ВС РФ-закон воинской жизни	1
29	Основные виды воинской деятельности	1
30	Призыв на военную службу.	1
31	Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.	1
32	Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.	1
33	Альтернативная гражданская служба	1
34	Итоговая контрольная работа	1
35	Обобщение и повторение знаний по теме "Основы обороны государства и воинская обязанность"	1