
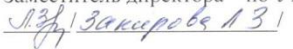


Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №5 г. Благовещенска

Рассмотрено  
на заседании ШМО «Здоровье»  
Руководитель ШМО  
 / Овечкина Т.Н./  
Протокол №  
«14» мая 2019 г.

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
 / Захаров А.С./  
«21» 05 2019 г.

Утверждаю  
Директор МОБУ СОШ №5  
г. Благовещенска  
 / Кузнецова Т.Н./  
Приказ № 148  
«21» 05 2019 г.



#### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности  
для 10-11 классов

уровень реализации программы: среднее общее образование  
срок реализации программы: 2 года  
разработана на основе авторской программы под ред. А.Т.Смирнова

составители: Сираева Зилия Нафисовна

2019 г.

## 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

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 допризывана 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;

**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.

## 2. ОБЩЕУЧЕБНЫЕ УМЕНИЯ, НАВЫКИ И СПОСОБЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Личностные результаты**

*Воспитание:*

- осознания своей сопричастности к стране, в которой он живет, воспитание чувства патриотизма, уважения к Отечеству, ответственности и долга перед Родиной;
- целостного мировоззрения по вопросам безопасности личности, общества и государства;
- социальных норм, правил поведения в современном обществе с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- умения правильно оценивать себя и свои поступки;
- морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- понимания здорового и безопасного образа жизни; умения противостоять пагубному воздействию вредных привычек, курению, алкоголизму и наркомании;
- правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в транспорте и на дорогах;
- антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;
- основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- четкого осознания роли семьи в жизни человека и общества, ценностей семейной жизни, уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи и окружающим;
- умения сопереживать, оказывать взаимопомощь, проявлять отзывчивость к окружающим.

### **Метапредметные результаты**

#### ***Уметь:***

- самостоятельно ставить себе цель обучения, формулировать задачи в области изучения вопросов безопасности и здорового образа жизни; планировать свою жизнь, выбирать пути достижения и средства реализации поставленных целей с учетом требований безопасности и сохранения здоровья;
- анализировать причины возникновения опасных ситуаций, прогнозировать возможность их наступления; самостоятельно организовывать свою учебную деятельность по изучению вопросов безопасности;
- адекватно оценивать уровень своих знаний, умений и результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить наиболее простой и эффективный способ решения жизненной задачи, проблемы с учетом требований личной безопасности;
- учиться, приобретать новые знания для нормальной адаптации в обществе и дальнейшего профессионального роста.

#### ***Познавательные универсальные учебные действия обучающихся:***

- уметь познавать и исследовать опасности окружающего мира, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- обобщать и сравнивать последствия опасных событий и чрезвычайных ситуаций;

- уметь воспринимать и перерабатывать информацию, самостоятельно собирать нужные сведения, проводить наблюдения, делать выводы, моделировать развитие ситуации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников информации современных информационных технологий, а также объективно оценивать результат своей деятельности;
- овладевать логическими операциями:
- анализ, синтез, сравнение, классификация, доказательство, выдвижение гипотез, выявление причинно-следственных связей опасных ситуаций и их влияния на безопасность жизнедеятельности человека.

#### ***Коммуникативные универсальные учебные действия обучающихся:***

- уметь взаимодействовать в социуме, вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, четко выражать свои мысли, аргументировать свои высказывания, учитывать мнения других людей и признавать право другого человека на иное мнение;
- выстраивать доброжелательные отношения в коллективе, уметь разрешать конфликты, осуществлять взаимопомощь, а также эффективно добывать знания и приобретать соответствующие умения при взаимодействии со сверстниками;
- уметь находить компромиссы и договариваться друг с другом при разрешении различных ситуаций, в том числе конфликтных.

#### **Предметные результаты**

Овладение обучающимися:

- основами современной культуры безопасности жизнедеятельности для формирования безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знаниями о выживании в условиях вынужденной автономии в природных условиях;
- умениями и навыками поведения на природе, ориентирования на местности при помощи компаса, местных предметов, солнца, звезд, добычи воды, поиска и приготовления пищи в природных условиях;
- правилами поведения при встрече с диким и животными, пресмыкающимися, насекомыми и навыками действий при их нападении и укусах;
- правилами безопасного поведения на воде;
- умениями предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления и проявлять осторожность в случае неопределенности их развития;
- умениями и навыками спасения на воде знаниями о причинах, последствиях опасных ситуаций, возникающих в повседневной жизни быту, и правилах безопасной эксплуатации бытовых приборов и оборудования;
- умениями и навыками действий при возникновении опасных и аварийных ситуаций в доме, связанных с системами водо-, электро- и газоснабжения и безопасного пользования лифтом;
- правилами безопасного поведения на улице, дороге и в транспорте;

- правилами пожарной безопасности и поведения при пожаре;
- умениями и навыками использования средств пожаротушения при возникновении пожара;
- умениями принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- пониманием ценности экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;
- правилами поведения при нарушении экологического равновесия и информацией о последствиях для жизнедеятельности человека в случае нарушения; знаниями о безопасности при совершении туристических поездок, походов; знаниями о влиянии социально-демографических процессов на безопасность общества;
- правилами поведения в опасных ситуациях криминального характера;
- умением предотвращать (избегать) криминогенные ситуации;
- знаниями об экстремизме и терроризме и их последствиях для личности, общества и государства;
- правилами поведения при угрозе возникновения террористического акта;
- правилами поведения в случае захвата заложники;
- правилами безопасного поведения при нахождении в зоне вооруженного конфликта;
- основами обеспечения безопасности и защиты интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- правовыми основами обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, правами и обязанностями граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- знаниями о роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности, защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах;
- знаниями о деятельности служб экстренной помощи при чрезвычайных и экстремальных ситуациях на муниципальном уровне;
- знаниями о необходимости защиты Отечества, о памятных датах воинской славы и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации;
- знаниями о чести и достоинстве воина, требованиях, предъявляемых к военнослужащему;
- умениями формировать психологические, моральные, физические качества, необходимые защитнику Отечества;
- знаниями о профессии пожарного, спасателя и особенностях их работы;
- знаниями об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- знаниями о порядке оповещения населения о чрезвычайных и экстремальных ситуациях, умениями действовать по сигналам оповещения;
- знаниями и умениями применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- знаниями об особенностях природных чрезвычайных ситуаций для данного района проживания;
- знаниями о причинах возникновения, предвестниках наступления чрезвычайных ситуаций природного характера и умениями правильно действовать с целью снижения последствий их воздействия;

- знаниями об организации эвакуации населения при чрезвычайных ситуациях, правилами поведения при ее проведении;
- умениями и навыками использования средств индивидуальной защиты при пожарах, радиационных, химических и биологических авариях (катастрофах);
- знаниями о полной и частичной санитарной обработке и порядке ее проведения;
- умениями проявлять предосторожность при соприкосновении с опасными социальными ситуациями и предвидеть возможные последствия их возникновения;
- знаниями об инфекционных заболеваниях, основных принципах их протекания и профилактике;
- знаниями о массовых инфекционных заболеваниях человека, животных, растений и противоэпидемических, противоэпизоотических, противоэпифитотических мероприятиях;
- нормативными правовыми основами оказания первой помощи;
- знаниями о правилах оказания первой помощи;
- знаниями правил и способов транспортировки, иммобилизации пострадавшего и умениями их выполнять;
- умениями оказывать первую помощь пострадавшим;
- знаниями о средствах, используемых при оказании первой помощи пострадавшим и умениями их использования;
- основами здорового образа жизни, исключающими употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- умениями вести здоровый образ жизни;
- умениями формировать личностные качества, дающие возможность стать активным членом современного общества.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

10 класс

### **I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях (7ч)**

#### **1) Опасные и чрезвычайные ситуации, в повседневной жизни, и правила безопасного поведения**

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

#### **2) Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны**

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне

чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

## **II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5ч.)**

### **3) Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

### **4) Основы здорового образа жизни.**

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек

## **III. Основы обороны государства (5ч)**

### **5) Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества**

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другое войско, их состав и предназначение.

### **6) Боевые традиции Вооруженных Сил России**

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. Памяти поколений — дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

### **7) Символы воинской чести**

Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

## **IV. Основы военной службы (18 ч.)**

### **8) Основы подготовки граждан к военной службе**

Начальная военная подготовка в войсках. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы, обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка.

11 класс

## **I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 ч)**

### **1) Основы здорового образа жизни.**

Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Инфекции,

передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИД е, меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

## 2) **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

## II. Основы обороны государства (27ч)

### 3) **Воинская обязанность**

Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к индивидуально-психологическим качествам военнослужащих по сходным воинским должностям. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Обучение по программе подготовки офицеров запаса на военных кафедрах. Основы прикладной физической подготовки. Особенности физической подготовки в видах и родах войск Вооруженных Сил РФ. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет (практические занятия, консультации у специалистов для определения пригодности к военной службе в определенном виде, роде войск). Порядок предоставления отсрочки от призыва гражданам, признанным временно непригодными к военной службе. Военно-профессиональная ориентация молодежи, ее цели и задачи. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

### 4) **Военная служба**

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. Военные аспекты международного гуманитарного права. Основные виды воинской деятельности. Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих. Статус военнослужащего, его права и свободы, льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Обязанности военнослужащих. Ответственность военнослужащих. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Подготовка военных кадров. Военное образовательное учреждение высшего профессионального образования. Порядок подготовки и поступления в военные образовательные учреждения. Порядок проведения профессионального отбора кандидатов для зачисления в военные учебные заведения. Военная служба и ее особенности. Статус военнослужащего, его права, свободы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил — законодательная основа жизнедеятельности военнослужащих. Основные положения Международного гуманитарного права. Порядок призыва на военную службу. Обязанность и ответственность военнослужащих

### 5) **Военнослужащий — вооруженный защитник Отечества.**

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации. Международная



(миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие требования, предъявляемые к военнослужащему как защитнику Отечества (практические занятия, собеседования)

**б) Обеспечение безопасности военной службы**

Общие требования к безопасности военной службы. Предупреждение гибели и травматизма военно служащих. Медицинское обеспечение военной службы. Обеспечение пожарной безопасности. Обеспечение экологической безопасности деятельности войск. Обязательное государственное страхование жизни и здоровья военнослужащих

**Учебно-тематический план 10 класс**

№	ТЕМА	Всего часов
I раздел: Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.		
1	ТЕМА 1: Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	3
2	ТЕМА 2: Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	4
II раздел: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.		
3	ТЕМА 3: Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2
4	ТЕМА 4: Основы здорового образа жизни.	3
III раздел: Основы обороны государства		
5	ТЕМА 5: Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	3
6	ТЕМА 6: Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации	1
7	ТЕМА 7: Символы воинской чести	1
IV раздел: ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ. (учебно-полевые сборы; юноши)		
8	ТЕМА 8: Основы подготовки граждан к военной службе.	18
1	Начальная военная подготовка в войсках	1
2	Размещение и быт военнослужащих.	1
3	Суточный наряд, обязанности суточного наряда	1
4	Организация караульной службы, обязанности часового	2
5	Строевая подготовка	3
6	Огневая подготовка	5
7	Тактическая подготовка	2
8	Физическая подготовка	3

Итого	35
-------	----

**Учебно-тематический план 11 класс**

№	ТЕМА	Всего часов
I раздел: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		
1	ТЕМА 1: Основы здорового образа жизни.	3
2	ТЕМА 2: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4
II раздел: Основы обороны государства		
3	ТЕМА 3: Военная обязанность	12
4	ТЕМА 4: Военная служба	8
5	ТЕМА 5: Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.	7
	Итого	34