


УТВЕРЖДАЮ
Директор
 И. Ю. Канарский
Приказ № 203 от
« 19 » август 2018 г.

Рабочая программа
по предмету «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
10-11 класс
10 «А», 10 «Б», 11 «А», 11 «Б»
Основное общее образование
(Федеральный компонент государственного стандарта общего образования)
БУП-2004

Составитель:
Старкова Мария Андреевна
Учитель основ безопасности жизнедеятельности

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе: Основы безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов под редакцией А.Т.Смирнова, Б.О. Хренникова

Рабочая программа реализуется через УМК: «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений под редакцией А. Т. Смирнова.

Учебники:

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник/А. Т. Смирнов. – Москва: Просвещение, 2014 – 351 с.

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник/А. Т. Смирнов. – Москва: Просвещение, 2013 – 320 с.

Согласно учебному плану учреждения на реализацию этой программы отводиться 1 час в неделю, 34 часа в год.

Кроме того, после окончания занятий в 10 классе учащимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) предусмотрено проведение учебных сборов в течение 5 дней (35 часов).

РАЗДЕЛ 1.

Требования к уровню подготовки обучающихся (ФКГОС, БУП- 2004)

Обучающиеся (выпускники) **должны знать:**

- 1) основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения военной службы и пребывания в запасе;
- 2) роль гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- 3) о необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.
- 4) начальные знания в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества;
- 5) функции семьи в современном обществе;
- 6) об основных направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности);
- 7) понятия терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;
- 8) значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;
- 9) о распространённых опасных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 10) требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- 11) основные меры правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области гражданской обороны;
- 12) основы обороны государства (законодательные акты об обороне государства и воинской обязанности граждан);
- 13) Понятие культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз;
- 14) Роль государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;
- 15) права и обязанности гражданина до призыва и во время прохождения военной службы;
- 16) основы военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения военной службы, строевой, огневой и тактической подготовки;
- 17) основы медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об

основных инфекционных заболеваний и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах повреждений.

Обучающиеся (выпускники) **должны уметь:**

- 1) обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;
- 2) характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;
- 3) искать в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций;
- 4) характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России;
- 5) логически обоснованно доказывать что любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправданий; террористическая деятельность бесцельна; наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно;
- 6) обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;
- 7) подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;
- 8) характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благоприятных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;
- 9) логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;
- 10) осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования и национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;
- 11) характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны;
- 12) доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации;
- 13) обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества;
- 14) оказывать первую помощь пострадавшим;
- 15) применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- 16) проектировать модели личного безопасного поведения.

Обучающиеся (выпускники) получают возможность **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни** следующим образом:

- 1) делать выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей;
- 2) сформировать современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность

- личности, общества и государства;
- 3) сформировать нравственные позиции и личные качества, способствующие противостоянию террористической и экстремистской идеологии;
 - 4) сформировать потребности в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;
 - 5) выработать устойчивое негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотических веществ;
 - 6) сформировать убеждение в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;
 - 7) сформировать морально-психологическую и физическую подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;
 - 8) воспитать в себе чувство патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооруженным Силам;
 - 9) воспитать в себе потребности в правовой подготовке и освоении основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;
 - 10) сформировать устойчивый интерес и потребность к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;
 - 11) сформировать гражданскую патриотическую позицию, направленную на повышение мотивации к военной службе в современных условиях;
 - 12) сформировать личные гражданские позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;
 - 13) выработать ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;
 - 14) будут иметь возможность предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам.

РАЗДЕЛ 2.

Содержание учебного курса (34 ч.)

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствам бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.

Чрезвычайны ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и минимизация их последствий.

3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера.

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демографического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

1. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

1. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

2. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации.

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

3. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

4. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Значение нравственных позиций и личных качеств учащихся в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности в формировании антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.

5. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

6. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

2. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от потребления наркотика. Профилактика наркомании.

Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами, волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

3. Нравственность и здоровье.

Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи.

1. Первая помощь при неотложных состояниях.

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи. Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.

Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.

Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел 6. Основы обороны государства.

1. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.

Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации, её предназначение и задачи. План гражданской обороны и общеобразовательной организации. Обязанности учащихся.

2. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания Вооружённых сил Российской Федерации.

Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

3. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации.

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение вооружение и военная техника военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.

Воздушно-десантные войска (ВДВ), их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

4. Боевые традиции Вооружённых Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Дружба и воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

5. Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны страны.

Основные задачи современных Вооружённых Сил России. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

6. Символы воинской чести.

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

7. Воинская обязанность.

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Организация воинского учёта, основное предназначение воинского учёта.

Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на учёт.

Обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистов по сходным воинским должностям.

Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначение и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, её основные направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение и порядок его проведения.

Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

Раздел 7. Основы военной службы.

1. Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

2. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.

3. Организация караульной службы.

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

4. Строевая подготовка.

Строй и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строй отделения, развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

5. Огневая подготовка.

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

6. Тактическая подготовка.

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

7. Особенности военной службы.

Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы.

Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации. Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

8. Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества.

Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.

Военнослужащий – патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Военнослужащий - специалист своего дела. Военнослужащий – подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Основные обязанности военнослужащих.

9. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Порядок вручения Боевого знамени воинской части.

Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства).

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

10. Прохождение военной службы по призыву и по контракту.

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (10 класс)


№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов на изучение	Кол-во планируемых контрольных/ проверочных работ	Кол-во планируемых практических работ
1	Основы комплексной безопасности	5		
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1		
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	6		
4	Основы здорового образа жизни	4		
5	Основы обороны государства	9		
6	Основы военной службы	9		
	Итого	34		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (11 класс)

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов на изучение	Кол-во планируемых контрольных/ проверочных работ	Кол-во планируемых практических работ
1	Основы комплексной безопасности	2		
2	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	2		
3	Основы здорового образа жизни	5		
4	Основы медицинских знаний и оказания первой помощи	9		
5	Основы обороны государства	6		
6	Основы военной службы	9		
	Итого	33		

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

 /Е.Ю.Булатова/

«19» июля 2019 г.

«Рассмотрено»

на ШМО учителей естественнонаучного цикла

Протокол № 1 от «06» июля 2018 г.