

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Ялунинская средняя общеобразовательная школа»

Приложение  
к образовательной программе  
Утверждаю МКОУ  
Директор Ялунинская О.С. Кокшарова  
Приказ № 80 от 31 августа 2016 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Уровень образования:	среднее общее образование
Стандарт:	ФК ГОС
Уровень изучения предмета	базовый
Нормативный срок изучения предмета	2 года
Класс:	10-11 класс

## Планируемые результаты

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне обучающийся 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);

## Содержание учебного предмета

### 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.*

*Основы подготовки к военной службе {практические занятия на базе воинской части}*

Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка.

### Тематическое планирование, 10 класс

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения-21ч</b> <b>Основные положения концепции национальной безопасности Российской Федерации</b>			
1	Правила безопасного поведения в условиях автономного существования	1	Изучают и анализируют основные причины вынужденного автономного существования. Учатся правильно принимать решение и действовать в ситуациях, связанных с вынужденным автономным существованием.
2	Автономное существование в условиях природной среды.	1	Изучают и практически осваивают наиболее распространенные способы ориентирования на местности и движения по азимутам. Учатся правильно выбирать тип временного укрытия, места для него, оборудовать такое укрытие в теплое и холодное время года. Получают практические навыки в выборе места для костра, разведении и тушении костра, добычании огня. Изучают источники питания и водоснабжения при автономном выживании, правила безопасного обеспечения пищей и водой.
3	Ситуации криминогенного характера. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	Закрепляют знания, умения и навыки, полученные в основной школе. Получают представление о содержании, пределах и правилах необходимой обороны.
4	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Понятие и виды преступлений.	1	Получают представления о видах преступлений, уголовной ответственности несовершеннолетних, видах наказаний для несовершеннолетних, назначаемых им принудительных мерах воспитательного воздействия.
5	<i>Терроризм. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.</i>	1	Закрепляют знания о терроризме и правилах безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.
6	<i>Чрезвычайные ситуации природного характера (Метеорологические, геологические, гидрологические, биологические).</i>	1	Закрепляют знания, умения и навыки, полученные при изучении чрезвычайных ситуаций природного характера в 6 и 7 классах основной школы.
7	<i>Правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.(аварии на транспорте, объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности).</i>	1	Закрепляют знания, умения и навыки, полученные при изучении чрезвычайных ситуаций техногенного характера в 5 и 8 классах основной школы.
8	<i>Единая государственная система предупреждения ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). Ч.С. Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аврийно-спасательные работы, обучение населения.</i>	1	Закрепляют знания о функциях и структуре РСЧС, о режимах функционирования, силах и средствах и видах проводимых работ.
9	Законодательные и нормативно - правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества, государства.	1	На уроках изучают основное содержание Федеральных законов «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О

			гражданской обороне», «О противодействии терроризму».
10	<i>Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.</i>	1	Получают представление о государственных службах по охране здоровья и обеспечения безопасности в стране.
11	<i>Гражданская оборона, её предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.</i>	1	Закрепляют знания о ГО, её задачах по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
12	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Ядерное оружие.	1	Получают представления о ядерном оружии как одном из видов оружия массового поражения и его поражающих факторах.
13	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Химическое оружие.	1	Получают представление о химическом оружии, средствах его доставки и признаках его применения; боевых токсичных химических веществах и их классификации.
14	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Биологическое оружие.	1	Получают представление о бактериологическом оружии и возбудителях заболеваний людей, животных и растений. Узнают о способах и признаках применения этого оружия.
15	Современные обычные средства поражения, виды. <i>Вооружённый конфликт Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</i>	1	Получают представление о различных боеприпасах (осколочных, фугасных, кумулятивных, бетонобойных, объемного взрыва, зажигательных) и высокоточном оружии (разведывательно-ударные комплексы и управляемые авиационные бомбы).
16	<i>Оповещение информирование населения об опасностях, возникающих в Ч.С. мирного и военного времени.</i>	1	Расширяют представление о системе оповещения населения о чрезвычайных ситуациях, средствах, способах и порядке оповещения. Совершенствуют практические умения и навыки в действиях по сигналам оповещения.
17	<i>Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов Ч.С. мирного и военного времени.</i>	1	Закрепляют и углубляют знания об убежищах, противорадиационных укрытия, укрытиях простейшего типа и их оборудовании. Изучают правила поведения людей в них.
18	<i>Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.</i>	1	Закрепляют знания о средствах индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Совершенствуют умения и навыки в их практическом применении.
19	Медицинские средства индивидуальной защиты.	1	Закрепляют знания о медицинских средствах индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Совершенствуют умения и навыки в их практическом применении.
20	<i>Эвакуация населения.</i>	1	Изучают виды эвакуации населения, что необходимо взять с собой при эвакуации.
21	<i>Организация и проведение аварийно- спасательных работ в зонах Ч.С.</i>	1	Изучают задачи, содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ, содержание и порядок проведения частичной и полной санитарной обработки, основные мероприятия по жизнеобеспечению населения в чрезвычайных ситуациях. Практически осваивают проведение частичной санитарной обработки.
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность-8ч</b>			
22	<i>Защита Отечества- долг и обязанность граждан России. Основы законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности.</i>	1	Изучают положения Конституции и федеральных законов, регламентирующие вопросы воинской обязанности, военной службы и обороны государства.
23	<i>Памяти поколений - дни воинской славы России.</i>	1	Изучают памятные дни воинской славы России, дни ратных побед русского народа.
24	<i>Вооружённые силы Российской Федерации – основа</i>	1	Получают представление об историческом пути Вооруженных Сил России и

	<i>обороны государства. История создания Вооружённых сил.</i>		наиболее значимых военных реформах. Анализируют цели и содержание этих реформ.
25	<i>Виды Вооружённых сил. Сухопутные войска. ВВС. ВМФ.</i>	1	Получают представления об организационной структуре Вооруженных Сил РФ и видов ВС, их предназначении, составе, вооружении и оснащении.
26	<i>Рода войск и их предназначение.</i>	1	Получают представления об организационной структуре Вооруженных Сил РФ и родов войск, их предназначении, составе, вооружении и оснащении.
27	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	1	Изучают важнейшие боевые традиции Вооруженных Сил РФ. Работают с другими источниками информации, подбирая материалы боевых традициях нашего народа и армии.
28	Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности войск.	1	Получают представление о воинских коллективах, их особенностях, типах и традициях, и влиянии войскового товарищества на сплоченность и боеспособность воинского коллектива.
29	<i>Государственная и военная символика Российской Федерации. Флаг, Гимн, Герб. Боевое Знамя воинской части. Ордена России – почётные награды.</i>	1	Получают представления о Флаге Российской Федерации, Гимне, Гербе РФ, о Боевых знаменах воинских частей, ритуале их получения и порядке хранения; об истории наград, орденах и медалях дореволюционной России, Советского Союза и государственной наградной системе Российской Федерации.
30	<i>Традиции и ритуалы Вооружённых сил Российской Федерации.</i>	1	Получают представление го структуре воинских ритуалов и порядке проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к Военной присяге (принесения обязательства), подъем и спуска Государственного флага Российской Федерации, вручение военнослужащим вооружения, военной техники и стрелкового оружия.
<b>Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности- 5час.</b>			
31	<i>Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.</i>	1	Формируют привычки ЗОЖ, сохранения здоровья и обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.
32	<i>Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.</i>	1	Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек, правилах личной гигиены, Уходом за младенцем.
33	<i>Факторы, влияющие на укрепление здоровья.</i>	1	Получают представление о факторах, влияющих на укрепление здоровья человека. Формируют привычки ЗОЖ.
34	<i>Факторы, разрушающие здоровье.</i>	1	Формируют негативное отношение к табакокурению, употреблению алкоголя и психоактивных веществ.
35	<i>Правила и безопасность дорожного движения.(пешеходы, велосипедисты, пассажиры и водители транспортных средств)</i>	1	Формируют навыки безопасного поведения в качестве пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства.
	<b>Итого:</b>	<b>35ч</b>	

### Тематическое планирование, 11 класс

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности
Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности-14ч			
1	<i>Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.</i> Правила личной гигиены и здоровье.	1	Закрепляют и углубляют знания по уходу за зубами, полостью рта и волосами. Получают общее представление о методиках очищения организма.
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1	Расширяют представление о семье и браке, факторах, влияющих на гармонию совместной жизни супругов.
3	Семья в современном обществе Законодательство о семье.	1	Изучают основные положения Семейного кодекса Российской Федерации, определяющие условия в порядок вступления в брак, прекращения брака и признания его недействительным, а также отношения между членами семьи.
4	Болезни, передаваемые половым путём и их профилактика.	1	Получают представление о возбудителях, признаках и течении основных заболеваний, передающихся половым путем. Изучают меры профилактики этих заболеваний и статьи Уголовного кодекса, предусматривающие ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией.
5	<i>Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражении электрическим током, переломах, кровотечениях</i> <i>Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.</i> Первая медицинская помощь при кровотечениях.	1	Расширяют представление о видах кровотечений, их причинах и признаках. Закрепляют практические умения и навыки в остановке кровотечения различными способами.
6	Первая медицинская помощь при ранениях.	1	Получают представление о классификации ран. Учатся правильно оказывать первую помощь при обширных ранах и незначительных ранениях, накладывать повязки на различные участки тела.
7	Первая медицинская помощь при травмах опорно – двигательного аппарата и их профилактика.	1	Закрепляют знания, умения и навыки по оказанию первой помощи при повреждении опорно-двигательного аппарата.
8	Первая медицинская помощь при переломах.	1	Закрепляют знания умения и навыки по оказанию первой медицинской помощи при закрытых и открытых переломах.
9	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах.	1	Учатся оказывать первую медицинскую помощь при тепловых и солнечных ударах
10	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.	1	Учатся оказывать первую медицинскую помощь при поражениях электрическим током
11	Первая медицинская помощь при черепно – мозговой травме и повреждениях позвоночника, при травматическом шоке.	1	Учатся оказывать первую помощь при черепно-мозговых травмах, повреждении позвоночника и сотрясении головного мозга.
12	Экстренная реанимация. Отработка навыков проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1	Отрабатывают алгоритм оказания экстренной реанимационной помощи пострадавшему
13	Отработка навыков проведения искусственного дыхания и	1	Совершенствуют навыки в оказании экстренной реанимационной

	непрямого массажа сердца		помощи пострадавшему
14	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	Учатся оказывать первую медицинскую помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность-21ч</b>			
15	<i>Военно – профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооружённых силах Российской Федерации.</i>	1	Получают сведения об учебных заведениях Министерства обороны РФ, правила поступления в них, требования, предъявляемые к абитуриенту
16	Воинская обязанность, её структура.	1	Получают представление о структуре и содержании воинской обязанности, о воинской службе как особом виде федеральной государственной службы.
17	<i>Первоначальная постановка на воинский учёт.</i>	1	Получают представление о первоначальной постановке на воинский учет, составе и работе комиссии по постановке граждан на воинский учет.
18	<i>Обязательная подготовка к военной службе.</i>	1	Изучают содержание обязательной подготовке граждан к военной службе. Анализируют свои показатели в учебной, общественной, спортивной и другой деятельности, определяют, к какому классу воинских должностей они наиболее соответствуют.
19	Добровольная подготовка к военной службе.	1	Получают представление о содержании и видах добровольной подготовки граждан к военной службе.
20	<i>Медицинское освидетельствование.</i>	1	Получают представление об организации и проведении медицинского свидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет, о категориях годности к военной службе.
21	<i>Требования к уровню образования призывников, их здоровью и к физической подготовленности. подготовки</i>	1	Знакомятся с требованиями, предъявляемыми к призывникам: по образованию, здоровью и физической подготовленности.
22	<i>Призыв на военную службу.</i>	1	Знакомятся с порядком призыва на военную службу граждан Российской Федерации, годных по состоянию здоровья и не имеющих права на отсрочку
23	<i>Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву.</i>	1	Получают представление о категориях граждан, подлежащих призыву на военную службу, сроках проведения призыва, предоставлении отсрочки и освобождения от призыва, общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих.
24	<i>Порядок и особенности прохождения военной службы по контракту.</i>	1	Получают представление о категориях граждан, имеющих право заключать контракт о прохождении военной службы, условиях заключения контракта, сроках службы по контракту, правах и льготах военнослужащих, заключивших контракт.
25	<i>Альтернативная гражданская служба.</i>	1	Получают представление об альтернативной гражданской службе, её прохождению и сроках
26	Особенности военной службы.	1	Изучают положения Конституции и федеральных законов, регламентирующие вопросы воинской обязанности, военной службы и обороны государства.
27	Общевоинские уставы Вооружённых сил Российской	1	Знакомятся с историей создания воинских уставов. Получают общее



	Федерации.		представление о содержании общевоинских уставов ВС РФ.
28	Воинские звания военнослужащих.	1	Получают представление о воинских званиях о составах, военной форме одежды и знаках различия военнослужащих ВС РФ.
29	<i>Общие обязанности и права военнослужащих.</i>	1	Получают представление о правовом положении, дисциплинарной, административной, материальной и уголовной ответственности военнослужащих.
30	Военнослужащий-защитник своего Отечества.	1	Расширяют представление о патриотизме, воинском долге, воинской дисциплине. Готовят сообщения и рефераты по этой тематике.
31	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1	Получают представление о системе боевой подготовки войск и основных предметах боевой подготовки
32	Требования воинской деятельности.	1	Получают представление о воинской деятельности и её структуре, основных профессионально важных качествах военнослужащих.
33	Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию Российской Федерации. Психологические основы подготовки к военной службе.	1	Получают представление о принципе единоначалия в ВС РФ, личной дисциплинированности война как важной социально-психологической и нравственной черте его личности. Получают представление о стрессе и дистрессе, социальной роли военного человека. Психологических свойствах и структуре личности, учатся готовить себя справляться со стрессом
34	Международная миротворческая деятельность Вооружённых сил Российской Федерации.	1	Получают представление о системе военного образования Российской Федерации, информацию о военных образовательных учреждениях профессионального образования и правилах приема в них, основных направлениях миротворческой деятельности ВС РФ.

**Итого: 34ч**