

Приложение № 17  
к Основной общеобразовательной программе  
среднего общего образования  
МБОУ СОШ № 44

Рабочая программа  
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
10-11 класс

## Пояснительная записка

Изучение предмета на базовом уровне среднего общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### **Место предмета в учебном плане:**

Учебный план предусматривает изучение предмета в объеме по 1 часу в неделю в 10 и в 11 классе, всего за два года обучения 70 часов.

**Рабочая программа составлена на основании комплексной программы " Основы безопасности жизнедеятельности" под редакцией А.Т. Смирновой издательство «Просвещение», 2012 г.**

## Требования к уровню подготовки выпускников

**В результате освоения обязательного минимума содержания курса « Основы безопасности жизнедеятельности» учащиеся должны**

### **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.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

- 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.

10 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Вводный ИОТ № 44-24-16, ИОТ – 44-58-16 Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие.	1
2	Автономное существование человека в условиях природной среды	1
3	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	1
4	Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних.	1
5	Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств, за хулиганство и вандализм.	1
6	Контрольная работа по темам "Правила поведения в ситуациях	1

	криминогенного характера", " Уголовная ответственность несовершеннолетних".	
7	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	1.
8	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1
9	Законодательные и нормативные правовые акты РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	1
10	Предназначение и задачи Гражданской Обороны. Структура и органы управления.	1
11	Организация защиты учащихся образовательных организаций от ЧС в мирное и военное время.	1
12	Контрольная работа по теме "Гражданская оборона как система мер по защите населения.	1
13	Ядерное оружие и его боевые свойства.	1
14	Химическое оружие.	1
15	Бактериологическое (биологическое) оружие.	1
16	Современные обычные средства поражения.	1
17	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.	1
18	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.	1
19	Средства индивидуальной защиты населения.	1
20	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС	1
21	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1
22	Контрольная работа по теме "Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время".	1
23	Основные инфекционные заболевания и их профилактика.	1
24	Значение двигательной активности для здоровья человека.	
25	История создания Вооруженных Сил России.	1
26	Организационная структура Вооруженных Сил России.	1
27	Виды, рода войск. История их создания и предназначения.	1
28	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1
29	Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение.	1
30	Итоговый тест	1
31	Основные понятия о воинской обязанности.	1
32	Организация воинского учета и его предназначение.	1
33	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1
34	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.	1
35	Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества	1

	Учебные сборы	35ч.
1	Основы обеспечения безопасности военной службы	1
2	Общевоинские уставы. Размещение военнослужащих. Военнослужащие Вооруженных Сил Российской Федерации и взаимоотношения между ними	1
3	Радиационная, химическая и биологическая защита. Практическое занятие. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	2
4	Размещение и быт военнослужащих	1
5	Медицинская подготовка (теория). Основы сохранения здоровья военнослужащих. Оказание первой помощи. Неотложные реанимационные мероприятия	1
6	Строевая подготовка	1
7	ИОТ-44-59-16 Огневая подготовка. Практическое занятие.	5
8	Строевая подготовка.	1
9	Физическая подготовка	1
10	Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	1
11	Огневая подготовка. теория. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия	1
12	Общевоинские уставы. Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент служебного времени	1
13	Строевая подготовка <sup>3</sup>	1
14	Военная топография	1
15	Физическая подготовка.	2
16	ИОТ-44-59-16 Медицинская подготовка (практика). Основы сохранения здоровья военнослужащих. Оказание первой помощи. Неотложные реанимационные мероприятия	1
17	Строевая подготовка (одиночная). Практическое занятие.	1
18	Физическая подготовка Бег 60 метров Прыжки в длину Подтягивание на перекладине	1
19	Тактическая подготовка 2	2
20	Организация караульной службы. Обязанности часового	1
21	Огневая подготовка	1
22	Строевой устав	1
23	Строевая подготовка (в составе взводов). Практическое занятие.	2
24	Тактическая подготовка <sup>3</sup>	1
25	Физическая подготовка <sup>4</sup>	1
26	Огневая подготовка. Практическое занятие по сборке-разборке автомата.	1
27	Подведение итогов	1
28	Итого	35

## УЧЕБНЫЕ СБОРЫ

В соответствии с Федеральными законами от 28 марта 1998 года N 53-ФЗ "О воинской обязанности и военной службе" , от 29 декабря 2012 года N 273 - ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" , Постановлением Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 N 1441 "Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе", на основании Приказа Министерства обороны Российской Федерации

Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 N 96/134 "Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах", в целях активизации работы и повышения качества подготовки граждан к военной службе, совершенствования военно – патриотического воспитания граждан. Проводятся ежегодные учебные сборы. Результаты учебных сборов оцениваются в соответствии с рекомендациями по оценке результатов учебных сборов. Общая оценка граждан, обучающихся в образовательных организациях(учебных пунктах), заносится в классный журнал с пометкой "Учебные сборы", которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения в образовательной организации (учебном пункте).Гражданам, уклонившимся от учебных сборов, выставляется неудовлетворительная оценка за сборы. Для граждан, не прошедших учебные сборы по уважительным причинам, в образовательной организации (учебном пункте) организуются теоретическое изучение материалов учебных сборов и сдача зачетов. В случае отказа отдельных граждан по религиозным мотивам от участия в проведении стрельб и изучения боевого ручного стрелкового оружия решение об освобождении от прохождения данной темы занятий принимает руководитель образовательной организации (начальник учебного пункта) на основании обоснованного заявления родителей (законных представителей), которое должно быть представлено руководителю образовательной организации (начальнику учебного пункта) до начала учебных сборов.

### **Рекомендации по оценке результатов учебных сборов**

Результаты учебных сборов оцениваются по следующим направлениям:

по тактической подготовке - выбор места для стрельбы, трассировка окопа, передвижение на поле боя перебежками и переползанием;

по огневой подготовке - неполная разборка автомата Калашникова, знание работы частей и механизмов, подготовка к стрельбе, меры безопасности, выполнение начального упражнения стрельбы из АК (третье упражнение из малокалиберной винтовки), первое упражнение по метанию ручной гранаты;

по строевой подготовке - строевая стойка, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие на месте и в движении, строй отделения, взвода;

по радиационной, химической и биологической защите - приемы и способы радиационной, химической и биологической защиты; преодоление участка местности, зараженного радиоактивными (отравляющими) веществами; действия солдата по сигналам оповещения и вспышке ядерного взрыва; выполнение нормативов одевания средств индивидуальной защиты;

по медицинской подготовке - остановка кровотечения, наложение повязки на раны верхних и нижних конечностей;

по физической подготовке - в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей и к кандидатам, поступающим в военно-учебные заведения.

Индивидуальная оценка каждого гражданина складывается из оценок, полученных за выполнение каждого норматива:

"отлично", если не менее 50 процентов нормативов выполнено на "отлично", остальные - на "хорошо";

к "хорошо", если не менее 50 процентов нормативов выполнено на "отлично" и "хорошо", остальные - не ниже "удовлетворительно";  
 "удовлетворительно", если не более чем по одному из нормативов получена оценка "неудовлетворительно";  
 "неудовлетворительно", если по нормативам получены две и более оценки "неудовлетворительно". Общая оценка за учебные сборы выставляется:  
 "отлично", если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, "отлично", а по строевой - не ниже "хорошо",  
 при примерном или удовлетворительном поведении;  
 "хорошо", если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, - не ниже "хорошо", а по строевой - не ниже "удовлетворительно",  
 при примерном или удовлетворительном поведении;  
 "удовлетворительно", если не более чем по одному разделу учебной программы получена оценка "неудовлетворительно" при примерном или удовлетворительном поведении;  
 "неудовлетворительно", если по двум и более разделам учебной программы получены оценки "неудовлетворительно"

**РАСЧЕТ ЧАСОВ  
 ПО ПРЕДМЕТАМ ОБУЧЕНИЯ  
 для проведения учебных сборов**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		№ п/п Тем	2 день	3 день	4 день	5 День Общее	
1	Тактическая	1	1	1	1		4
2	Огневая подготовка	1			1	5	7
3	Радиационная, химическая и		1	1	1		3
4	Общевоинские		1	1		1	3
5	Строевая подготовка	1	2	2	2	1	8
6	Физическая	2	1	1	1		5
7	Военно-медицинская подготовка			1	1		2
8	Основы безопасности	1					1
9	Размещение и быт военнослужащих		1				1
10	Организация караульной службы.	1					1
Итого		7	7	7	7	7	35

Тематическое планирование  
11 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1.	Вводный ИОТ № 44-24-16, ИОТ – 44-58-16 Правила личной гигиены.	1
2.	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	1
3.	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1
4.	Инфекции, передающиеся половым путём. Меры профилактики.	1
5.	Репродуктивное здоровье. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем	1
6.	Первая помощь при кровотечениях и ранениях.	1
7.	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц.	1
8.	Первая помощь при вывихах и переломах	1
9.	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	1
10	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	1
11	ИОТ-44-59-16 Отработка практических навыков по оказанию первой помощи при различных травмах	1
12	Первая помощь при травматическом шоке.	1
13	Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.	1
14	Первая медицинская помощь при остановке сердца. Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1
15	Контрольная работа по теме "Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.	1
16	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества	1
17	Дружба, воинское товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений.	1
18	Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.	1
19	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1
20	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
21	Дни воинской славы России.	1
22	Контрольная работа по темам "Боевые традиции вооруженных сил", "Символы воинской чести".	1
23	Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни.	1.
24	Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.	1
25	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.	1
26	Права и ответственность военнослужащих.	1

27	Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	1
28	Воинская дисциплина. Её суть и значение.	1
29	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально - психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	1
30	Как стать офицером Российской армии. Международная миротворческая деятельность ВСРФ.	1
31	Итоговый тест	1
32	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта.	1
33	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Слухи и искаженная информация.	1
34	О морально-этических качествах военнослужащих. Чувства личности и военная служба. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ.	1
35	Обобщающее повторение по курсу.	1
	Итого	35