

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Красноборская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
*Л.К. Гоголева* Гоголева Л.К.  
«31» августа 2018 г.



**Рабочая программа учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Уровень образования: среднее общее образование

Срок реализации программы: 2 года

Программу составил учитель географии, технологии, ОБЖ Пыстин Г.В.

Программа составлена в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 5 марта 2014 г. № 1089(в ред. Приказов Минобрнауки России от 03.06.2008 N 164, от 31.08.2009 N 320, от 19.10.2009 N 427, от 10.11.2011 N 2643, от 24.01.2012 N 39, от 31.01.2012 N 69, от 23.06.2015 N 609, от 07.06.2017 N 506), примерной программой среднего общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

## Требования к уровню подготовки учащихся

**В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» выпускник должен**

**знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

**уметь:**

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## **Содержание обучения**

### **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. Знакомство с профессией спасателя(МЧС)

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. Знакомство с профессией полицейский, пожарный, медик

### **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 Вооружённых Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение.

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 Вооружённых Силах Российской Федерации.

### **10 класс**

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидродинамические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооружённые 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. Знакомство с профессией спасателя(МЧС)

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения. Знакомство с профессией полицейский, пожарный, медик

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации. Защита Отечества - долг и обязанность граждан России.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства. История создания Вооружённых Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение.

### **11 класс**

Правила личной гигиены. Репродуктивное здоровье. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

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.

Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооружённых Силах Российской Федерации (военный летчик, инженер радиоэлектроники, офицерский состав, связист, техник, мичман и другие).



## Тематическое планирование

### 10 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	В т.ч. на контрольные и практические работы
1	Основные причины вынужденного автономного существования.	1	
2	Автономное существование человека в условиях природной среды.	1	П.р. Способы определения сторон горизонта.
3	Чрезвычайные ситуации природного характера (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические)	1	
4	Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности)	1	П.р. Решение ситуационных задач по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера
5	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты)	1	Тестирование по теме «Виды ЧС»
6	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1	
7	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	П.р. Ситуации криминогенного характера
8	Понятие преступления. Виды преступлений.	1	
9	Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения. Знакомство с профессией полицейский, пожарный, медик	1	
10	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.	1	
11	Факторы, влияющие на укрепление здоровья.	1	
12	Факторы, разрушающие здоровье человека.	1	
13	Влияние алкоголя на здоровье человека.	1	
14	Влияние курения на здоровье человека. Последствия наркомании и токсикомании.	1	Тест «Основы здорового образа

			ЖИЗНИ»
15	Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	1	
16	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	
17	Ядерное оружие.	1	
18	Поражающие факторы ядерного взрыва.	1	
19	Химическое оружие.	1	
20	Виды боевых токсичных химических веществ.	1	
21	Бактериологическое оружие.	1	
22	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного характера (РСЧС).	1	Тест «Аварии с выбросом радиоактивных веществ»
23	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. Знакомство с профессией спасатель(МЧС)	1	
24	Средства коллективной защиты населения.	1	
25	Средства индивидуальной защиты населения.	1	П.р. Приведение гражданского противогаза ГП-5 (ГП-7) в положения «походное» и «наготове».
26	Медицинские средства защиты.	1	
27	Основные положения концепции национальной безопасности Российской Федерации. Защита Отечества - долг и обязанность граждан России	1	
28	Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства.	1	
29	История создания Вооружённых Сил.	1	
30	Виды Вооруженных Сил.	1	
31	Рода войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение.	1	
32	Строевая подготовка.	1	

33	Строевые приёмы и движение без оружия.	1	
34	Огневая подготовка. Боевые свойства АК-74.	1	
35	Разборка и сборка автомата.	1	п/р нормативы разборка и сборка автомата
36	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.



## 11 класс

<b>№ урока</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	
1	Правила личной гигиены и здоровье.	1	
2	Репродуктивное здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1	
3	Семья и её значение в жизни человека	1	
4	Беременность и гигиена беременности.	1	
5	Уход за младенцем.	1	
6	Заболевания, передающиеся половым путём.	1	
7	Признаки инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.		
8	Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.	1	Тест «Основы здорового образа жизни»
9	Правила и безопасность дорожного движения. (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).	1	
10	Виды кровотечений и их характеристики.	1	
11	Первая помощь при кровотечениях.	1	
12	Способы временной остановки кровотечения.	1	
13	Виды ранений. Первая помощь при ранениях.	1	П.р. Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях
14	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.	1	
15	Способы иммобилизации верхних и нижних конечностей при переломах.	1	
16	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	1	
17	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	1	П.р. ПМП при травмах и повреждениях
18	Первая помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.	1	
19	Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1	

20	Первая помощь при тепловых и солнечных ударах.	1	
21	Первая помощь при поражениях электрическим током.	1	
22	Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.	1	
23	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.	1	
24	Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование.	1	
25	Войсковые и корабельные воинские звания военнослужащих ВС РФ.	1	
26	Призыв на военную службу. Общие обязанности и права военнослужащих.	1	
27	Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.	1	
28	Альтернативная гражданская служба.	1	Тест «Воинская обязанность»
29	Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	
30	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	1	
31	Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Дни воинской славы России.	1	Тест «Основы воинской службы»
32	Военные образовательные учреждения Министерства обороны Российской Федерации. Порядок подготовки и поступления в военные учреждения профессионального образования Минобороны России, ФСБ России, МВД России, МЧС России и других ведомств по обеспечению безопасности населения.	1	
33	Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооружённых Силах Российской Федерации (военный летчик, инженер радиотехники, офицерский состав, связист, техник, мичман и другие).	1	
34	Промежуточная аттестация. Итоговая	1	

	контрольная работа.		
--	---------------------	--	--