

**Приложение к ООП СОО №1**  
Утверждено приказом от 06.08.2019 № 19

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по предмету  
**Основы безопасности жизнедеятельности (ФК ГОС)**  
**10-11 классы**

**2019**

## Требования к уровню подготовки выпускников.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

### **Знать и 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 фпрохождения 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.
- 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)

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;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету

### **Содержание учебного предмета**

Обязательный минимум содержания основных образовательных программ

#### **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 обеспечению 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

### Тематическое планирование 10 класс.

№п \п	Наименование раздела, темы урока	Кол-во часов
<b>Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях – 13 часов</b>		
1	Основные причины вынужденного автономного существования. Ориентирование на местности.	1
2	Оборудование временного жилища. Виды костров. Обеспечение водой и питанием.	1
3	Правила безопасного поведения на улице, дома, в подъезде.	1
4	Правила и безопасность дорожного движения( в части ,касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).	1
5	Понятие преступления. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств, за хулиганство и вандализм.	1
6	Законы и другие нормативные акты РФ по обеспечению безопасности	1
7	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации в ЧС техногенного и природного характера. Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	1
8	Современные средства массового поражения людей и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1
10	Организация индивидуальной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты	1
11	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1
13	Гражданская оборона (ГО), ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Организация ГО в общеобразовательном учреждении.	1
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 10 часов</b>		
14	Факторы, влияющие на укрепление здоровья, факторы, разрушающие здоровье.	1
15	Инфекционные заболевания, их классификация	1

16	Профилактика основных инфекционных заболеваний.	1
17	Здоровый образ жизни.	1
18	Основные составляющие здорового образа жизни	1
19	Биологические ритмы.	1
20	Влияние биологических ритмов на здоровье человека	1
21	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье	1
23	Профилактика вредных привычек	1
<b>Основы военной службы – 11 часов</b>		
24	Вооруженные силы (ВС) Российской Федерации- основа обороны государства. История создания Вооруженных сил России	1
25	Организационная структура Вооруженных сил России	1
26	Виды Вооруженных сил, рода войск. История их создания и предназначения.	1
27	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил	1
28	Другие войска, их состав и предназначение	1
29	Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества	1
30	Памяти поколений — дни воинской славы России	1
31	Дружба, войсковое товарищество — основы боевой готовности частей и подразделений	1
32	Государственная и военная символика Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы	1
33	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
34	Традиции и ритуалы ВС РФ	1
<b>Основы военной службы. (Учебные сборы) – 35 часов</b>		
35	Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках	1
36	Размещение и быт военнослужащих	3
37	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	4
38	Организация караульной службы, обязанности часового	4
39	Строевая подготовка	4
40	Огневая подготовка	9
41	Тактическая подготовка	5
42	Физическая подготовка	5
Итого:		70часов

### Тематическое планирование 11 класс.

№п \п	Наименование раздела, темы урока	Кол-во часов
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 14 часов</b>		
1	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и жизнедеятельности. Правила личной гигиены и здоровье.	1
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1
3	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	1
4	Репродуктивное здоровье. Болезни, передаваемые половым путём	1

5	СПИД. Профилактика СПИДа	1
6	Первая медицинская помощь (ПМП) при кровотечениях и ранениях.	1
7	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	1
8	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	1
9	Первая медицинская помощь при травмах груди, живота и области таза.	1
10	Первая медицинская помощь при травмах в состоянии шока.	1
11	Терминальные состояния, причины и признаки их возникновения. Первая медицинская помощь при остановке сердца, при острой сердечной недостаточности.	1
12	Экстренная реанимационная помощь (ЭРП). Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1
13	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током.	1
14	Практическое занятие: Отработка практических навыков по оказанию ПМП при различных травмах.	1
Государственная система обеспечения безопасности населения. Основы военной службы – 20 часов		
15	Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения. Основные направления деятельности государственных организаций РФ по защите населения и территории от ЧС.	1
16	Основные положения Концепции национальной безопасности РФ.	1
17	ЧС природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические) характера.	1
18	ЧС техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) характера.	1
19	ЧС социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера. Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1
20	Защита Отечества-долг и обязанность граждан России. Основы законодательства РФ об обороне и воинской обязанности граждан. Основные понятия о воинской обязанности.	1
21	Организация воинского учета и его предназначение. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.	1
22	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1
23	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на учет. Призыв на военную службу.	1
24	Военная присяга. Прохождение военной службы по призыву.	1
25	Воинские звания военнослужащих.	1
26	Общевоинские уставы Вооруженных Сил России. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1
27	Военно-профессиональная ориентация. Основные направления подготовки специалистов для службы в ВС РФ.	1
28	Психологические основы подготовки к военной службе. Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Личность и социальная роль военного человека.	1
29	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	1
30	Международные отличительные знаки, используемые во время международного конфликта.	1

31	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации-1	1
32	Альтернативная гражданская служба. Прохождение военной службы по контракту.	1
33	Общие обязанности и права военнослужащих.	1
34	Повторение и обобщение. Итоговый контроль.	1
Итого:		34 часа