

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 39  
имени Героя Советского Союза Алексея Арсентьевича Рогожина»**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ЦО № 39  
\_\_\_\_\_/Б.В. Лобач/  
Приказ № 180-а  
от 29 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_/Е. О. Белова

РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/Н. А. Гордиенко/  
Протокол № 1  
28 августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету основы безопасности жизнедеятельности**

Учитель Гордиенко Наталия Александровна

Класс (ы) 11

Протокол педагогического совета № 1 от 29 августа 2023 г.

2023 – 2024 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе требований федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования и программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» авторов В. Н. Латчука (руководитель), С. К. Миронова, С. Н. Вангородского. – М.: Дрофа, 20017 г.

В программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне», «О борьбе с терроризмом», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», «Об альтернативной гражданской службе», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», а также Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Программа нацеливает педагогический процесс на решение следующих задач:

- освоение учащимися 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 у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;
- развитие у учеников черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма, ведения здорового образа жизни;
- обучение учащихся умению оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, правильно действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В программе представлены три раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

**Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы:** «Правила безопасного поведения в социальной среде», «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях», «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения».

**Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем:** «Основы медицинских знаний», «Основы здорового образа жизни».

**В разделе III «Основы военной службы» изучаются темы:** «Основы обороны государства», «Воинская обязанность», «Основы подготовки к военной службе» (практические занятия в воинской части).

Предлагаемый в программе объем материала является достаточным для завершения формирования у учащихся 10—11 классов основных понятий в области безопасности жизнедеятельности и предполагает, наряду с изучением проблем личной безопасности, получение школьниками определенных знаний по вопросам национальной безопасности.

Главной функцией программы среднего (полного) общего образования является ориентация ее на личную безопасность человека в среде обитания, понимание школьниками проблем национальной безопасности страны и необходимости выполнения своего конституционного долга по защите Отечества. Старшеклассники получают знания об основных направлениях деятельности государственных организаций по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, правовых аспектах обеспечения безопасности и защиты населения, о международном гуманитарном праве по защите жертв вооруженных конфликтов, знакомятся с организацией Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), Гражданской обороной (ГО)

Российской Федерации как системой общегосударственных оборонных мероприятий, а также с государственными службами по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан.

Большое внимание в программе уделено вопросам здорового образа жизни. Особый акцент сделан на практических навыках сохранения здоровья с учетом существующих опасных факторов среды обитания. Программа предусматривает целенаправленное и целеустремленное освоение учащимися элементов здорового образа жизни, а также методов укрепления здоровья и профилактики различных заболеваний для гармоничного, духовного и физического развития.

Программой предусмотрено совместное обучение юношей и девушек основам медицинских знаний. Это обусловлено тем, что приемами и навыками оказания помощи пострадавшим должны владеть не только юноши, но и девушки. Материал раздела выстроен в единой логической последовательности, обеспечивающей его системное изучение.

В соответствии с Федеральным законом РФ «О воинской обязанности и военной службе» в программу включен раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность». При изучении этого раздела обучаемые получают необходимые знания об обороне и вооруженной защите государства, о положениях Конституции Российской Федерации и законов РФ по вопросам воинской обязанности, военной службы, альтернативной гражданской службы.

Программа рассчитана на 34 учебных часов в каждом классе (1 час в неделю). В 10 классе предусмотрены 5-дневные практические занятия на базе воинской части или подразделения РОСТО в объеме 35 часов.

Программа направлена на формирование у учащихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций по следующим направлениям:

- формирование цельного представления о безопасности жизнедеятельности и ее значении для благополучного развития личности, общества и государства;
- ознакомление с особенностями здорового образа жизни и рационального поведения в различных ситуациях;
- изучение правил оказания и овладение навыками первой медицинской помощи в сложных случаях при острой необходимости;
- ознакомление с задачами и структурами государственных организаций, занимающихся вопросами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- воспитание личной заинтересованности, создания необходимости личного участия каждого гражданина в обеспечении безопасности личности, общества и государства;
- изучение правовых основ подготовки граждан к военной службе и воинской обязанности;
- оценка и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и повседневной жизни требований личной и общественной безопасности;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора пути продолжения образования и будущей профессии.

Реализация программы предусматривает использование учебно-методического комплекта, включающего учебные программы, учебники и учебные пособия, методические и учебно-методические пособия, учебные наглядные (таблицы) и электронные пособия

### **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности ученик должен:

#### **а) *знать/понимать:***

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения,

характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ;

- 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, а также альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые на военной службе к уровню подготовленности призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны РФ;

**б) уметь:**

- применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

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

- для ведения здорового образа жизни;

- при оказании первой медицинской помощи;

- для развития у себя духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

- при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи

## Тематический план

Наименования разделов и тем	11 класс
<b><i>Раздел I. Безопасность и защита человека в среде обитания</i></b>	<b>8</b>
<b>Правила безопасного поведения в социальной среде</b>	—
Правила безопасного поведения при террористических актах	—
Правила безопасного поведения при возникновении региональных и локальных вооруженных конфликтов и массовых беспорядков	—
Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера	—
<b>Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях</b>	—
Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера	—
Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	—
Правила безопасного поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций военного характера	—
<b>Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения</b>	<b>8</b>
Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	—
Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий	—
Основные направления деятельности государственных организаций по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	4
Правовые основы обеспечения безопасности и защиты населения	1

Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан	1
Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов	2
<b><i>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i></b>	<b>12</b>
<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>8</b>
Инфекционные заболевания и их профилактика	—
Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях	5
Первая медицинская помощь при острых состояниях	3
<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>4</b>
Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	—
Факторы, укрепляющие здоровье человека	—
Факторы, разрушающие здоровье человека	2
Репродуктивное здоровье	2
<b><i>Раздел III. Основы, военной службы.</i></b>	<b>14</b>
<b>Основы обороны государства</b>	—
Защита Отечества — долг и обязанность граждан России	—
Вооруженные Силы Российской Федерации — основа обороны государства	—
Государственная и военная символика России, традиции и ритуалы	—
<b>Воинская обязанность</b>	<b>14</b>
Воинский учет и подготовка граждан к военной службе	3
Правовые основы военной службы	2
Особенности военной службы	4
Воинская дисциплина и ответственность военнослужащих	3
Военно-профессиональная ориентация	2
<b>Основы подготовки к военной службе (практические занятия на базе воинской части)</b>	—
<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## Содержание программы

### 11 класс

#### Безопасность и защита человека в среде обитания (8 ч)

##### Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (8ч)

##### **Основные направления деятельности государственных организаций по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (4 ч)**

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о защитных сооружениях гражданской обороны, их классификация и предназначение. Убежища, противорадиационные и простейшие укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, их классификация. Назначение, устройство и принцип работы фильтрующих противогазов и респираторов. Средства индивидуальной защиты кожи, их классификация и назначение

Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ. Содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.

##### **Правовые основы обеспечения безопасности и защиты населения (1 ч)**

Деятельность государственных органов в области гарантий прав и свобод человека и гражданина, охраны его жизни и здоровья, регламентируемых Конституцией Российской Федерации. Концепция национальной безопасности Российской Федерации. Краткое содержание законов Российской Федерации: «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне». Основные права и обязанности граждан, предусмотренные этими законами.

##### **Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан (1 ч)**

МЧС России как система государственной защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Поисково-спасательные службы и их предназначение. Пожарная охрана, основные задачи и функции по защите населения от пожаров. Милиция как государственная система в области защиты прав, свобод и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи как система в области защиты здоровья населения. Государственные органы надзора и контроля за соблюдением законодательства по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан.

##### **Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов (2 ч)**

Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время вооруженных конфликтов.

##### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч)**

## **Основы медицинских знаний (8 ч)**

### **Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях**

**(5 ч)**

Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Отработка приемов остановки кровотечений: пальцевым прижатием; наложением жгута; наложением жгута-закрутки; максимальным сгибанием конечности; наложением давящей повязки. Остановка носового кровотечения. Первая медицинская помощь при большой открытой ране и при незначительных открытых ранениях.

Понятие о закрытых повреждениях и их характеристика. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.

Основные принципы и способы транспортной иммобилизации.

Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при переломах костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер.

Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника. Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки. Основные правила оказания первой медицинской помощи при сотрясении головного мозга.

Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия- Признаки травматического шока. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.

### **Первая медицинская помощь при острых состояниях (3 ч)**

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах.

Характеристика острых состояний — острой сердечной недостаточности и инсульта. Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности, инсульте и остановке сердца.

Поражение электрическим током. Основные правила оказания первой медицинской помощи при поражении электрическим током.

## **Основы здорового образа жизни (4 ч)**

### **Репродуктивное здоровье (2 ч)**

Понятие о репродуктивном здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, влияющие на гармонию совместной жизни. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.

Ранние половые связи. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия.

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

### **Факторы, разрушающие здоровье человека (2 ч)**

Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией.

## **Основы военной службы (14 ч)**

### **Воинская обязанность (14 ч)**

#### **Воинский учет и подготовка граждан к военной службе (3ч)**

Понятие о воинской обязанности и военной службе. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за невыполнение обязанностей по воинскому учету.

Организация и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке граждан на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание и установленные формы проведения обязательной подготовки граждан к военной службе. Добровольная

подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

### **Правовые основы военной службы (2 ч)**

Вопросы защиты Отечества в Конституции Российской Федерации и федеральных законах: «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих». Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. Права военнослужащих.

### **Особенности военной службы (4 ч)**

Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву. Статус военнослужащего. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, направленным для прохождения альтернативной гражданской службы.

### **Воинская дисциплина и ответственность военнослужащих (3ч)**

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Принцип единоначалия в Вооруженных Силах. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих (дисциплинарная, административная, материальная, уголовная).

### **Военно-профессиональная ориентация (2 ч)**

Ориентирование на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования. Как стать офицером Российской армии. Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования. Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.