

Управление образования  
администрации Анжеро – Судженского городского округа  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Анжеро – Судженского городского округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 12»  
(МБОУ «СОШ №12»)

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБОУ «СОШ № 12»  
от 23.08.2021 № 308

**Рабочая программа учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
(базовый уровень)  
для учащихся 10-11 классов**

Составители:  
Егорова Мария Васильевна,  
*учитель основ безопасности  
жизнедеятельности*

## Содержание

Планируемые результаты освоения учебного предмета.....	3
Содержание учебного предмета.....	6
Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	10

## 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

### Личностные результаты:

1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### **Метапредметные результаты:**

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

**Предметные результаты:**

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

## 2. Содержание учебного предмета

### МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

#### Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Культура безопасности жизнедеятельности. Культура безопасности жизнедеятельности как средство защищенности личности, общества, государства от внешних и внутренних (включая отрицательное влияние человеческого фактора). Основы государственной системы, российского законодательства, направленные на защиту населения от внутренних и внешних угроз. Виды опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах города Анжеро-Судженска. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного характера возможные на территории Кемеровской области и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, возможные на территории Кемеровской области и города Анжеро-Судженска и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности военного характера. Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов.

Экологическая безопасность как жизненно важной социально-нравственной позиции личности.

#### Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи. Правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Характерные признаки, предвещающие возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций (в том числе информационные источники).

#### Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Терроризм и экстремизм — их причины и последствия. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления действия террористической и экстремистской деятельности

Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации. Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности - условие формирования антитеррористического поведения и анти- экстремистского мышления.

Действия противоправного характера, асоциальное поведение как реальная угроза безопасности личности и обществу.

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Практикум «Проектирование модели личного безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях».

## **МОДУЛЬ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни**

Здоровый образ жизни как средство обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья - важнейшая часть подготовки учащихся к военной службе и трудовой деятельности. Факторы, пагубно влияющие на жизнь и здоровье человека (в том числе вредные привычки). Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Возможные инфекционные заболевания на территории Кемеровской области животных, растений и человека, их последствия.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Нравственность и здоровье. Правила личной гигиены. Нравственность и здоровый образ жизни. Инфекции, передающиеся половым путём. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфицировании и СПИДе. Количество ВИЧ-инфицированных в городе Анжеро-Судженске и Кемеровской области. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья - важнейшая часть подготовки учащихся к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Возможные инфекционные заболевания на территории Кемеровской области животных, растений и человека, их последствия.

Первая помощь при неотложных состояниях. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при ранениях. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при остановке сердца. Первая помощь при отравлении. Первая помощь при различных видах поражения (вывих, ожог, перелом, ножевое и огнестрельное ранение и др.).

Практикум «Проектирование модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и различных опасных и чрезвычайных ситуациях».

## **МОДУЛЬ 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА**

### **Раздел 6. Основы обороны государства**

Основы обороны государства и воинской службы. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Законодательство об обороне государства. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Меры защиты в области гражданской обороны. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени в Кемеровской области. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации. Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации.

Вооружённые Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества. Основа обороны государства. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Памяти поколений - дни воинской славы России. Герои России, проживавшие и проживающие на территории города Анжеро-Судженска Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Основные задачи современных Вооружённых Сил. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооружённых Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.



Символы военной чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды.

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта в городе Анжеро-Судженске. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

### **Раздел 7. Основы военной службы**

Законодательство о воинской обязанности граждан. Особенности военной службы. Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы. Права и обязанности граждан до призыва, во время призыва и прохождения военной службы.

Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества. Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Военнослужащий-патриот. Честь и достоинство военнослужащего ВС РФ. Военнослужащий-специалист своего дела. Военнослужащий-подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Основные обязанности военнослужащих. Основные виды военно-профессиональной деятельности.

Прохождение военной службы по призыву. Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Уставные отношения. Быт военнослужащих. Порядок несения службы и воинские ритуалы. Строева, огневая и тактическая подготовка.

Прохождение военной службы по контракту. Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. Увольнение с военной службы и пребывания в запасе.

### 3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		Формы работы в соответствии с рабочей программой воспитания по модулю «Школьный урок» <sup>1</sup>
		10 класс	11 класс	
<b>МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА</b>				
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>		<b>7</b>	<b>1</b>	
	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4	1	Урок-лекция
	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2		
	Современный комплекс проблем безопасности военного характера	1		
<b>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>		<b>1</b>		
	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1		
<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		<b>8</b>	<b>2</b>	
	Терроризм и экстремизм — их причины и последствия	4		
	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	1		Урок-КВН
	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	1		Урок-соревнование
	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности	1		
	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	1		Урок-экскурсия
	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации		2	
<b>МОДУЛЬ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b>				
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b>		<b>4</b>	<b>5</b>	
	Здоровый образ жизни и его составляющие	4		
	Нравственность и здоровье		5	Урок-путешествие
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		<b>4</b>	<b>4</b>	

	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	4		Урок-конференция
	Первая помощь при неотложных состояниях		4	
<b>МОДУЛЬ 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА</b>				
<b>Раздел 6. Основы обороны государства</b>		<b>11</b>	<b>9</b>	
	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	7		Урок-КВН
	Вооружённые Силы Российской Федерации — основа обороны государства	2	2	
	Боевые традиции Вооружённых Сил России	2		
	Символы военной чести		1	Урок-семинар
	Воинская обязанность		6	
<b>Раздел 7. Основы военной службы</b>			<b>13</b>	
	Особенности военной службы		4	Урок-лекция
	Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества		5	
	Прохождение военной службы по призыву		2	
	Прохождение военной службы по контракту		2	Урок-экскурсия
<b>Итого</b>		<b>35</b>	<b>34</b>	

<sup>1</sup> При реализации рабочей программы учебного предмета осуществляется учет рабочей программы воспитания, предусматривающей проведение воспитательных мероприятий в соответствии с содержанием тем, представленных в календарном плане воспитания на текущий учебный год в модуле «Школьный урок»

### **Аннотация**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Целью реализации программы среднего общего образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» является освоение содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и достижение учащимися планируемых результатов в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» содержит следующие разделы: планируемые результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета, тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов предусматривает обязательное изучение учебного предмета в объеме 109 часов, в том числе в 10 классе – 35 часов (1 час в неделю) + 40 часов учебные сборы по основам военной службы, в 11 классе – 34 часов (1 час в неделю).