

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования №42»**

**ПРИНЯТО**

**Педагогическим советом**

**МАОУ «Центр образования №42»**

**Протокол №1 от 28.08.2020**

**УТВЕРЖДЕНО**

**Приказ № 120/1/1-ОД от 31.08.2020**



**Рабочая программа  
по основам безопасности  
жизнедеятельности  
10-11 класс**

Вологда  
2020 год

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### Личностные результаты:

- усвоение и соблюдение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, готовности служить ей и защищать ее;
- уважение к государственным символам Российской Федерации - гербу, флагу и гимну;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира, осознание своего места в этом мире;
- осознание себя в качестве активного и ответственного гражданина, уважающего закон и правопорядок, правильно понимающего и выполняющего свои конституционные права и обязанности, принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, обладающего чувством собственного достоинства;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми, сформированность коммуникативных навыков общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- готовность и способность к саморазвитию, самовоспитанию и самообразованию, к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной деятельности;
- сформированность основ экологического мышления, осознание влияния социально-экономических процессов на состояние окружающей среды, приобретение опыта бережного и ответственного отношения к природе;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к своему здоровью и здоровью других людей, умение оказывать первую помощь и самопомощь;
- принятие и реализация ценностей здорового и разумного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании и спортивно-оздоровительной деятельности, неприятие курения, употребления алкоголя и наркотиков;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, ответственный подход к созданию семьи, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- сформированность антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и внеучебной работе, составлять планы и контролировать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого, разрешать конфликты, находя решение на основе согласования позиций и учета интересов;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, умениями в разрешении проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников, достаточная компетентность в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- умение оценивать свои возможности и согласовывать действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- владение языковыми средствами — умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области безопасности жизнедеятельности;
- владение приемами действий и способами применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- сформированность и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции человека и средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая негативное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы Российской Федерации, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений и убеждений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера и асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом и разумном образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание наиболее распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т. д.);
- знание основных мер защиты, в том числе в области гражданской обороны и правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам и используя различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 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;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим и самопомощи при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

**Выпускник научится:**

**Основы комплексной безопасности**

- комментировать основные нормативно-правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области безопасности дорожного движения для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) пассажира, и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в условиях опасных и ЧС на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать нормативно-правовые акты в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области охраны окружающей среды для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;  
оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы эко-риска;
- объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды для обращения в них в случае необходимости;
- опознавать для чего применяются и используются экологические знаки;

- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных увлечениях («зацеперство», «селфи» и т. п.);
- соблюдать правила безопасности в увлечениях непротиворечащих законодательству РФ;
- избегать опасных увлечений, противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативно-правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время современных молодёжных увлечений;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежных увлечений;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время современных молодежных увлечений;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время современных молодежных увлечений;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативно-правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях обеспечения безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в условиях опасных и ЧС на транспорте.

## **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

-комментировать основные нормативно-правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

- использовать основные нормативно-правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;

- оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;

- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания и опасностей, и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

-объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;

-использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

-действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

-вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

-прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

-пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;

-составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

## **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

- комментировать основные нормативно-правовые акты в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;
- оперировать основными понятиями в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации;
- характеризовать особенности явлений терроризм, экстремизм и наркотизм в Российской Федерации;
- понимать взаимосвязь явления «наркотизм» с терроризмом и экстремизмом;
- объяснять, почему экстремистская, террористическая деятельность явления «наркотизм» является угрозой национальной безопасности Российской Федерации;
- определять последствия экстремистской, террористической деятельности и явления «наркотизм» для личности, общества и государства;
- приводить примеры основных направлений деятельности государства по противодействию террористической, экстремистской деятельности и явлению «наркотизм»;
- распознавать пути и средства вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера для обеспечения личной безопасности;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористических актов.

### **Основы здорового образа жизни**

- комментировать основные нормативно-правовые акты в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области здорового образа жизни для определения, обеспечения и соблюдения своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

- объяснять влияние здорового образа жизни на здоровье человека и общества в целом;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье;
- распознавать факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека для исключения их из своей жизни;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровом образе жизни;
- составлять модели здорового образа жизни.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- комментировать основные нормативно-правовые акты в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области оказания первой помощи для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять перенос пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать основные нормативно-правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучии населения;
- использовать основные нормативно-правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучии населения для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;

-оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;

-классифицировать основные инфекционные болезни;

-определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;

-действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или (бактериологического) очага.

**Выпускник получит возможность научиться:**

**Основы комплексной безопасности**

*объяснять, как экологическая безопасность взаимосвязана и влияет на национальную безопасность.*

**Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

*устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций для обеспечения личной безопасности.*

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **10 КЛАСС**

<b>Название раздела, главы</b>	<b>Краткое содержание</b>
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Возможные причины попадания человека в условия автономного существования, меры профилактики. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Основные причины ДТП. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах. Обсуждение возможных ситуаций на улице, в общественных местах, на массовом мероприятии, в транспорте, подъезде дома, лифте. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. Современный комплекс проблем безопасности социального характера. Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. Вооруженный конфликт, военный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война

<p><b><u>Раздел 2.</u> Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций</b></p>	<p>Конституция РФ, ФЗ «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от ЧС», «О пожарной безопасности», «О ГО», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму» и др. Краткое содержание, права и обязанности граждан. История создания РСЧС, предназначение, стр-ра, цели и задачи, органы управления. Силы и средства РСЧС.</p>
<p><b><u>Раздел 3.</u> Основы противодействия терроризму и экстремизму</b></p>	<p>Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Пути распространения экстремистских идей. Законы и акты, направленные на защиту от экстремизма и терроризма. Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения, если подвергались нападению с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке. О порядке приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону.</p>
<p><b><u>Раздел 4.</u> Основы здорового образа жизни</b></p>	<p>Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Антигены и антитела. Иммунная реакция организма. Распространённые инфекционные заболевания. Внешние признаки инфекционных заболеваний. Способы профилактики. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности. Рациональное питание, режим труда и отдыха. Двигательная активность, физическая культура и закаливание. Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя, наркомании и токсикомании.</p>
<p><b><u>Раздел 5.</u> Основы обороны государства</b></p>	<p>Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. История создания, предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ, силы и средства ГО. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Система оповещения, способы оповещения. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!», действия населения по сигналам оповещения. Защитные сооружения ГО, предназначение и виды. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства защиты органов дыхания, кожи, правила их использования. Медицинские средства защиты. Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества. Виды и рода войск, история их создания. Предназначение различных родов войск. Сухопутные, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, космические войска. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск.</p>

	<p>Боевые традиции Вооруженных Сил России.          Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Понятие о боевых традициях, героизме, мужестве, воинской доблести и чести.</p>
--	--

## 11 КЛАСС

<b>Название раздела, главы</b>	<b>Краткое содержание</b>
<p><b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b></p>	<p>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.</p>
<p><b>Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму</b></p>	<p>Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ. Основные задачи, состав НАК. Контртеррористическая операция, ее предназначение и условия проведения, состав группировки сил и средств, включаемых в контртеррористическую операцию. Правовой режим контртеррористической операции. Окончание контртеррористической операции.</p>
<p><b>Раздел 3 Основы здорового образа жизни</b></p>	<p>Основы здорового образа жизни.          Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. Законодательство и семья. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанность родителей.</p>
<p><b>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b></p>	<p>Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании ПМП. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. ПМП при инсульте. Причины и признаки кровотечений. Виды ранений. Понятие об асептике и антисептике. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие, наложение жгута и жгута–закрутки, максимальное сгибание конечности, наложение давящей повязки, возвышенное положение. Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм и основные правила в оказании первой медицинской помощи. Причины, признаки и последствия травматического шока. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом</p>

	«изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.
<b>Раздел 5. Основы обороны государства</b>	Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства. Виды и рода войск ВС РФ, специальные войска, военные округа и флоты. Основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в Мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств. Основные задачи: по обеспечению военной безопасности; по опережению вооруженного нападения; в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооруженных конфликтах. Символы воинской чести. Воинская обязанность
<b>Раздел 6. Основы военной службы</b>	Защита Отечества в Конституции РФ и ФЗ «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», «Об обороне». Общие понятия о «Праве войны». Международные правила, которые необходимо соблюдать военнослужащим в бою. Категории лиц и объектов, которым международным правом войны предоставлена особая защита. Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.

### III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

#### 10 КЛАСС

Название раздела, главы	Количество часов
<u>Раздел 1.</u> Основы комплексной безопасности	8
<u>Раздел 2.</u> Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций	2
<u>Раздел 3.</u> Основы противодействия терроризму и экстремизму	4
<u>Раздел 4.</u> Основы здорового образа жизни	3
<u>Раздел 5.</u> Основы обороны государства	17

#### 11 КЛАСС

Название раздела, главы	Количество часов
<u>Раздел 1.</u> Основы комплексной безопасности	2
<u>Раздел 2.</u> Основы противодействия терроризму и экстремизму	4
<u>Раздел 3.</u> Основы здорового образа жизни	4
<u>Раздел 4.</u> Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	9
<u>Раздел 5.</u> Основы обороны государства	9
<u>Раздел 6.</u> Основы военной службы	6