

## Планируемые результаты

**Личностные** результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированность у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств и привычек в области безопасности жизнедеятельности.

**Личностными** результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в старшей школе (10—11 классы) являются:

1) Формирование целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности: национальной обороне, государственной и общественной безопасности.

2) Определение направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей.

3) Формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

4) Осознание терроризма и экстремизма как социального явления, представляющего серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.

5) Формирование нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской деятельности.

6) Формирование потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни, выработке устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков.

7) Осознание значения семьи в жизни современного общества, принятие ценности семейной жизни для обеспечения личного здоровья и благоприятной демографической ситуации в стране.

8) Формирование убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработке умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях.

9) Формирование потребности в морально-психологической и физической подготовленности к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях.

10) Воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её вооруженным силам.

11) Воспитание потребности в правовой подготовке и освоению основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан.

12) Уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области Гражданской обороны.

**Метапредметные** результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов:

— на события и явления, происходящие в современном мире в природной, техногенной и социальной сферах обитания и их влиянии на безопасность жизнедеятельности человека;

— на состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства в Российской Федерации.

**Метапредметными** результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в старшей школе (10—11 классы) являются:

1) Умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России.

2) Умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной обороны.

3) Поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения и минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций.

4) Умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.

5) Умение логически обоснованно доказать:

— любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания;

— бесцельность террористической деятельности;

— неизбежность наступления наказания за любую террористическую деятельность.

6) Умение обосновать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия.

7) Умение подобрать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя и наркотиков на здоровье человека и отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников.

8) Уметь характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе, и логично обосновать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве.

9) Уметь логично обосновать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях.

10) Умение осмыслить и понять основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в осуществлении стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны.

11) Уметь характеризовать роль и место Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны.

12) Уметь доступно изложить содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службы граждан РФ.

13) Уметь обосновать необходимость обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими Конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются уровнем освоения информации, которая характеризует состояние и тенденции развития обстановки в стране в области безопасности жизнедеятельности и формированием знаний, умений и навыков в этой области.

#### **Предметными результатами изучения основ безопасности жизнедеятельности в старшей школе**

1) Сформированность представлений об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях.

2) Знание законодательства Российской Федерации и организационных основ по обеспечению защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций, о профилактике чрезвычайных ситуаций и ликвидации их последствий.

3) Уяснение содержания рекомендаций населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций для ликвидации их последствий.

4) Сформированность общих понятий о терроризме и экстремизме как социальном явлении, представляющем серьезную угрозу безопасности личности, общества, государств и национальной безопасности России.

5) Уяснение основных положений законодательства Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремизму.

6) Знание организационных основ системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

7) Сформированность гражданской нравственной позиции негативного отношения к террористической и экстремистской деятельности, а также к асоциальному поведению и другим видам противоправного характера.

8) Уяснение последовательности действий для обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта.

9) Сформированность понятия о значении здорового образа жизни, современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и экологической культуры для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора.

10) Сформированность негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как факторов, оказывающих пагубное влияние на здоровье личности, общества и демографическую ситуацию в государстве.

11) Уяснение стратегических целей совершенствования национальной обороны и обеспечения военной безопасности Российской Федерации путём развития и совершенствования военной организации государства.

12) Сформированность знаний об основах обороны государства, о военной обязанности граждан, о Вооруженных Силах Российской Федерации, о видах и родах войск Вооруженных Сил РФ, о боевых традициях и символах воинской чести Вооруженных Сил РФ.

13) Знание гражданской обороны как составной части обороноспособности страны, её функций и задач по обеспечению защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

# Содержание учебной программы

## 10 класс

### **Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.**

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших действия. Ориентирование на местности. Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Правила поведения в ЧС природного и техногенного характера. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

#### **Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.**

Предназначение и задачи ГО. Структура и органы ГО. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Коллективные средства защиты. Средства индивидуальной защиты населения.

#### **Основы медицинских знаний.**

Основные понятия о здоровье и его составляющие. Факторы влияющие на здоровье человека. Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний. Внешние признаки инфекционного заболевания.

#### **Основы здорового образа жизни.**

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и работоспособность человека. Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания. Сердечно-дыхательная выносливость. Мышечная сила и выносливость. Скоростные качества и гибкость. Правила личной гигиены.

#### **Основы военной службы**

Вооружённые Силы РФ – защитники нашего Отечества. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооружённых Сил. Обороноспособность государства. Основные функции системы безопасности Российской Федерации. Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Родины. Дни воинской славы России. Ледовое побоище. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия. Ритуалы ВС РФ.

## 11 класс

### **Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.**

Кровотечения. Ранения. Виды ран. Травмы опорно-двигательного аппарата. Черепно-мозговые травмы и повреждения позвоночника. Травмы груди, живота и области таза. Первая медицинская помощь при травматическом шоке. Первая медицинская помощь при остановке сердца, острой сердечной недостаточности и инсульте.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Болезни передаваемые половым путём. Болезни передаваемые половым путём. СПИД и его профилактика.

#### **Основы военной службы**

Основные понятия о воинской обязанности. Исполнение военной службы в Российской Федерации. Воинский учет. Подготовка граждан к военной службе. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации. Федеральные законы в области обороны. Общевоинские уставы Вооружённых Сил. Военная присяга – клятва воина на верность Родине-России. Прохождение военной службы. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил РФ. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих.

Военнослужащий – патриот своего Отечества. Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности. Система военного образования Российской Федерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Международное гуманитарное право.

### Тематический план 10 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов		
		по программе	по уч. плану	на самост. изучение
<b>М-И</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>24</b>	<b>17</b>	<b>7</b>
Р-И	Основы комплексной безопасности.	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>3</b>
Р-II	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Р-III	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>3</b>
<b>М-II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
Р-IV	Основы здорового образа жизни.	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
<b>М-III</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства.</b>	<b>19</b>	<b>14</b>	<b>5</b>
Р-VI	Основы обороны государства.	<b>19</b>	<b>14</b>	<b>5</b>
	<b>Повторение курса.</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>Всего часов:</b>		<b>49</b>	<b>35+1</b>	<b>14</b>

### Тематический план 11 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов		
		по программе	по уч. плану	на самост. изучение
<b>М-I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>
Р-I	Основы комплексной безопасности.	4	2	2
Р-III	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.	6	4	2
<b>М-II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
Р- IV	Основы здорового образа жизни.	5	2	3
Р- V	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	9	5	4
<b>М-III</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства.</b>	<b>44</b>	<b>22</b>	<b>22</b>
Р- VI	Основы обороны государства.	16	8	8
Р- VII	Основы военной службы.	28	14	14
	<b>Повторение курса.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Всего часов:</b>		<b>70</b>	<b>36</b>	<b>34</b>



**Календарно-тематическое планирование  
10 класс**

№	Наименование разделов и тем	Количество час.	Сроки		Примечание
			по плану	фактически	
<b>I.</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>	<b>13</b>			
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасности поведения	6			
1.1.	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода	1			
1.2.	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1			
1.3.	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1			
1.4.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1			
1.5.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	1			
1.6.	Законы и другие нормативные акты РФ по обеспечению безопасности	1			
2.	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7			
2.1.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО	1			
2.2.	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1			
2.3.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	1			
2.4.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	1			

2.5.	Средства индивидуальной защиты	1			
2.6.	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1			
2.7.	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	1			
<b>II.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>			
3.	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	3			
3.1.	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1			
3.2.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	2			
4.	Основы здорового образа жизни	7			
4.1.	Здоровый образ жизни и его составляющие	2			
4.2.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	2			
4.3.	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1			
4.4.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	2			
<b>III.</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>12</b>			
5.	Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества	6			
5.1.	История создания Вооруженных Сил РФ	2			
5.2.	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение	2			
5.3.	Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны	1			

5.4.	Другие войска, их состав и предназначение	1			
6.	Боевые традиции Вооруженных Сил России	3			
6.1.	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1			
6.2.	Памяти поколений - дни воинской славы России	1			
6.3.	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений	1			
7.	Символ воинской чести	3			
7.1.	Боевое Знамя воинской части- символ воинской чести, доблести, славы	1			
7.2.	Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и воинской службе	1			
7.3.	Ритуалы Вооруженных Сил РФ	1			
8.	Основы воинской службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)	40			
8.1.	Основы подготовки граждан к воинской службе. Начальная военная подготовка в войсках.	1			
8.2.	Размещение и быт военнослужащих	3			
8.3.	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	4			
8.4.	Организация караульной службы, обязанности часового	4			
8.5.	Строевая подготовка	4			
8.6.	Огневая подготовка	14			
8.7.	Тактическая подготовка	5			
8.8.	Физическая подготовка	5			

## 11 класс

№	Наименование разделов и тем	Количество час.	Сроки		Примечание
			по плану	фактически	
<b>I.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>			
1.	Основы здорового образа жизни	6			
1.1.	Правила личной гигиены и здоровье	1			
1.2.	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1			
1.3.	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики	1			
1.4.	СПИД и его профилактика	2			
1.5.	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1			
2.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	4			
2.1.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)	1			
2.2.	Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)	1			
2.3.	Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)	1			
2.4.	Первая медицинская помощь при остановке сердца	1			
<b>II.</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>25</b>			

3.	Воинская обязанность	10			
3.1.	Основные понятия о воинской обязанности	1			
3.2.	Организация воинского учета и его предназначение	2			
3.3.	Обязательная подготовка граждан к воинской службе	2			
3.4.	Добровольная подготовка граждан к воинской службе	1			
3.5.	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет	3			
3.6.	Увольнение с воинской службы и пребывание в запас	1			
4.	Особенности военной службы	8			
4.1.	Правовые основы военной службы	1			
4.2.	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – закон воинской жизни	1			
4.3.	Военная присяга – клятва воина на верность Родине- России	1			
4.4.	Прохождение военной службы по призыву	2			
4.5.	Прохождение военной службы по контракту	1			
4.6.	Права и ответственность военнослужащих	1			
4.7.	Альтернативная гражданская служба	1			
5.	Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил	7			
5.1.	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1			

5.2.	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	1			
5.3.	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	1			
5.4.	Военнослужащий- подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	1			
5.5.	Как стать офицером Российской армии	2			
5.6.	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ	1			

## Перечень учебно-методического обеспечения

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. — 4-е изд. — М.: Академия, 1999.
2. Акимов В. А. и др. Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: Учеб. пособие в системе образования МЧС России и РСЧС. Деловой экспресс, 2004.
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебн. — 3-е изд., перераб. и доп. / Под ред. Э. А. Арустамова. — М.: Издательский Дом «Дашков и К<sup>о</sup>», 2001.
4. Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
5. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 2.
6. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. С.В.Ким; В.А.Горский — 3-е изд. — Москва Издательский центр «Вентана-Граф» 2021
7. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т.