



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Муслимовская средняя общеобразовательная школа им. Г.Тукая» Муслимовского  
муниципального района Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
учителей ФК

Руководитель ШМО

 Айгильдин Э.М.

Протокол №1

от "31" 08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР

 Галеева Г.М.

Протокол №1

от "31" 08.2022 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

на уровень среднего общего образования

Срок реализации: 2 года

Составители: Асадуллин Ильнур Радильевич, учитель ОБЖ

## **Требования к уровню подготовки обучающихся по предмету «Основ безопасности жизнедеятельности»**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

### **Знать/понимать:**

основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; факторы, влияющие на состояние репродуктивного здоровья;  
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;  
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;  
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;  
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 по контракту) и альтернативной гражданской службы;  
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности 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:**

понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету  
ведения здорового образа жизни;  
оказания первой медицинской помощи;  
развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;  
вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## **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\*(12).

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 обеспечения 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

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс учебник для общеобразовательных учреждений: А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников  
М. Просвещение, 2011.

10 класс, 1 час в неделю, 35 часов за год

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов
	<b>Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения</b>	6
1	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1
2	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий	1
3	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1
4	Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации	1
5	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера	1
6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС), ее структура и задачи	1
	<b>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны</b>	7
7	Гражданская оборона, её предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	1
8	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
9	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение и информирование	1
10	Организация индивидуальной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1
11	Средства индивидуальной защиты	1
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	1
13	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении	1
	<b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>	3
14	Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1
15	Инфекционные заболевания, их классификация	1
16	Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1
	<b>Основы здорового образа жизни</b>	7
17	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье	1

18	Основные составляющие здорового образа жизни	1
19	Биологические ритмы	1
20	Влияние биологических ритмов на работоспособность 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>Вооруженные силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества</b>	6
24	Вооруженные Силы Российской Федерации- основа обороны государства	1
25	История создания Вооруженных сил России	1
26	Организационная структура Вооруженных сил России	1
27	Виды Вооруженных Сил. Рода войск. История их создания и предназначение	1
28	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил	1
29	Другие войска, их состав и предназначение	1
	<b>Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации</b>	6
30	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества	1
31	Памяти поколений -дни воинской славы России	1
32	Дружба, войсковое товарищество -основа боевой готовности частей и подразделений	1
33	Государственная и военная символика Российской Федерации	1
34	Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
35	Традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	1

### Тематическое планирование

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс учебник для общеобразовательных учреждений: А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников  
М. Просвещение,2009.

11 класс, 1 час в неделю, 34 часа за год

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов
1	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1
	<b>Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).</b>	<b>1</b>
2	Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).	1
	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>5</b>
3	Репродуктивное здоровье Правила личной гигиены и здоровья. Беременность и гигиена беременности. Уход за	1

	младенцем.	
4	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	1
5	Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики	1
6	СПИД и его профилактика	1
7	Семья в современном обществе. Законодательство о семье	1
	<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>	<b>4</b>
8	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, кровотечениях	1
9	Первая медицинская помощь при переломах	1
10	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
11	Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца	1
	<b>Воинская обязанность</b>	<b>10</b>
12	Защита Отечества- долг и обязанность граждан России	1
13	Основы законодательства Российской Федерации об обороне и воинской обязанности граждан	1
14	Организация воинского учета и его предназначение	1
15	Первоначальная постановка граждан на воинский учет, медицинское освидетельствование.	1
16	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
17	Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности	1
18	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
19	Организация Медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. Категории годности к военной службе	1
20	Организация профессионально-психологического отбора граждан	1
21	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1
	<b>Особенности военной службы</b>	<b>8</b>
22	Правовые основы военной службы	1
23	Общевойские уставы Вооруженных сил— закон воинской жизни	1
24	Военная присяга - клятва воина на верность Родине, России	1
25	Призыв на военную службу, время и организация призыва	1
26	Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву	1
27	Прохождения военной службы по контракту	1
28	Общие обязанности и права военнослужащих	1
29	Альтернативная гражданская служба	1
	<b>Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных сил России</b>	<b>5</b>
30	Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1
31	Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	1
32	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	1
33	Военнослужащий -подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	1
34	Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах	1

