

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей физической культуры, ОБЖ  
МБОУ СОШ №4  
Протокол №1 от 30.08.2018г.  
руководитель ШМО  
А.Х. Гарчиханов

СОГЛАСОВАНО  
на методическом совете  
МБОУ СОШ №4  
Протокол №1 от 30.08.2018  
руководитель МС  
И.Ш. Джашиашвили

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
№231-О от 30.08.2018  
И.о. директора МБОУ СОШ  
И.В. Котова



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по «Основам безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 10-11 классов

Линия учебно-методического комплекса по ОБЖ

под редакцией А. Т. Смирнова, Б.О. Хренникова 10-11 классы

Составитель:  
А.Ф. Пророченко  
преподаватель- организатор ОБЖ

г. Пыть-Ях

## Планируемые результаты

Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

Личностными **результатами обучения** ОБЖ в основной школе являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

**Метапредметными** результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными результатами** обучения ОБЖ в основной школе являются:

**1. В познавательной сфере:**

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

**2. В ценностно-ориентационной сфере:**

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

**3. В коммуникативной сфере:**

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

**4. В эстетической сфере:**

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

**5. В трудовой сфере:**

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

**6. В сфере физической культуры:**

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Для реализации программы согласно учебному плану школы предусматривается 35 часов в год в 10-х классах и 35 часов в год в 11-х классах из расчёта одного часа в неделю.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  
(10 КЛАСС)**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и  
чрезвычайных ситуациях**

**1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения**

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе.

1.2. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

1.4. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.5. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.

1.6. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности

Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

1.7. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в маршрутном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

**2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.**

2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни и обвалы, лесные пожары — опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера — геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

2.3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных в Тамбовской области.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

### **3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера.**

3.1. Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооруженных конфликтов

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, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

3.2. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный терроризм.

3.3. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в области безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

### **4. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

4.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая часть подготовки человека к профессиональной деятельности.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

4.2. Инфекционные заболевания, их классификация.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний.

4.3 Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний.

Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

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

5.1. Здоровый образ жизни, понятия и определения, составляющие ЗОЖ.

Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для

здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

5.2. Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность.

Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

5.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Двигательная активность и её преимущества. Физическая культура и её положительное влияние на здоровье человека.

5.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

5.5.-5.6. Алкоголизм и курение, их профилактика.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

5.7. Наркомания – прямая угроза жизни и здоровью человека.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

## **6. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны**

6.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

6.2.-6.3. Современные средства поражения, их поражающие факторы и мероприятия по защите.

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.

6.4. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!» Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

6.5. Инженерная защита населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

6.6.-6.7. Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

6.8. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

6.9. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (11 КЛАСС)**

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

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

##### **1.1 Правила личной гигиены и здоровье**

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

##### **1.2 Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.**

Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

##### **1.3 Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики**

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

##### **1.4 СПИД и его профилактика.**

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

##### **1.5 Семья в современном обществе. Законодательство и семья.**

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов.

1.6 Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей. Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних детей. Права и обязанности детей. Защита государства.

#### **2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте (практические занятия)

Сердечная недостаточность. Основные понятия и определения. Инфаркт. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте.

##### **2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)**

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.

Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки.

Правила наложения жгута. Борьба с болью.

##### **2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)**

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травмах груди, живота, позвоночника.

## 2.4 . Первая медицинская помощь при остановке сердца (практические занятия)

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

## Раздел II. Основы военной службы

### 3 Воинская обязанность

#### 3.1 Основные понятия о воинской обязанности

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

#### 3.2 Профессионально-психологический отбор в вооруженных силах РФ.

#### 3.3 Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

#### 3.4 Добровольная подготовка граждан к военной службе

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

#### 3.5 Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе.

#### 3.6 Увольнение с военной службы и пребывание в запасе

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

### 4 Особенности военной службы

#### 4.1 Правовые основы военной службы

Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

#### 4.2 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - закон воинской жизни

Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.

#### 4.3 Военная присяга - клятва воина на верность Родине - России

Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной



присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

#### 4.4 Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Общие, специальные и должностные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.

#### 4.5 Прохождение военной службы по контракту

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

#### 4.6 Права и ответственность военнослужащих

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (невыполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

#### 4.7 Альтернативная гражданская служба

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

### **5. Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил**

5.1 Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить своё воинское звание - защитник Отечества; любовь к Родине, её истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя России, народа и Отечества.

5.2 Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

5.3 Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4 Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников

Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, - постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться своим командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

### 5.5 Как стать офицером Российской армии

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

5.6 Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России

Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 10 КЛАСС

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
<b>М-I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>9</b>
Р-I	<i>Основы комплексной безопасности</i>	7
Глава 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
Глава 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2
Глава 3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера (1 ч)	1
Р-2	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</i>	1
Глава 4	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1
Р-3	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (1)</i>	1
Глава 5	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	1
<b>М-II</b>	<b>Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
Р-IV	<i>Основы здорового образа жизни</i>	3
Глава 10	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	1
Глава 11	Здоровый образ жизни и его составляющие	2
<b>М- III</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства</b>	<b>21</b>
Р-VI	<i>Основы обороны государства</i>	15
Глава 12	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	10

Глава 13	Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества.	3
Глава 14	Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации	2
Р-VII	<i>Основы военной службы</i>	8
Глава 17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	1
Глава 18	Организация караульной службы	1
Глава 19	Строевая подготовка	1
Глава 20	Огневая подготовка	3
Глава 21	Тактическая подготовка	2
<b>Итого</b>		<b>35</b>

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 11 класс

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
<b>М-I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>3</b>
Р-I	<i>Основы комплексной безопасности</i>	3
Глава 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	3
<b>М -II</b>	<b>Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни</b>	<b>10</b>
Р - V	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>	10
Глава 4	Первая помощь при неотложных состояниях.	10
<b>М- III</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства</b>	<b>20</b>
Р - VI	<i>Основы обороны государства</i>	11
Глава 6	<i>Символы воинской чести</i>	5
Глава 7	Воинская обязанность	6
Р- VII	<i>Основы военной службы</i>	10
Глава 8	Особенности военной службы	5
Глава 9	Военнослужащий- вооруженный защитник Отечества	1
Глава 10	Ритуалы Вооружённых сил РФ	2
Глава 11	Прохождение военной службы по призыву	1
Глава 12	Прохождение военной службы по контракту	2
<b>Итого</b>		<b>35</b>

## Календарно-тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Дата проведения		Наименование раздела	Наименование темы урока	Примечание
	план	факт			
1			2	3	4
1.			<b>Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.</b> <i>Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.</i>	Тема 1.1. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	
2.				Тема 1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	
3.				Тема 1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	
4.				<i>Самостоятельная работа по т.т. 1.1.-1.3.</i> <b>Тема: Выбор супруга; Мотивы вступления в брак</b>	
5.			<i>Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.</i>	Тема 2.1. Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	
6.				Тема 2.2. Современные средства поражения: а) ядерное оружие и его поражающие факторы; б) химическое и бактериологическое оружие; в) современные обычные средства поражения.	
7.				Тема 2.3. Оповещение населения и организация инженерной защиты от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	
8.				Тема 2.4. Средства индивидуальной защиты:	
				а) средства индивидуальной защиты органов дыхания;	
				б) средства защиты кожи.	
				в) Медицинские средства защиты и профилактики.	

9.				Тема 2.5. Организация ГО в школе. Обязанности учащихся по ГО.	
10.				<i>Самостоятельная работа: по т.т. 2.1.-2.5.</i> <b>Тема: Любовь и супружеская совместимость как мотив, определяющий эффективность семейной жизни.</b>	
11.				<b>Принятие брачного договора.</b>	
12.			<b>Раздел II. Основы медицинских знаний и ЗОЖ.</b> <i>Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.</i>	Тема 3.1. Инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Возбудители ИБ. <b>Темы: Инфекционные заболевания в юношеском возрасте;</b>	
13.				<b>Особенности заражения, протекания и лечения.</b>	
14.			Тема 3.2. Пути передачи инфекции.	Тема 3.3. Иммуитет. Иммунная система. Иммунизация. <b><u>ОЗОЖ – 1 час.</u></b>	
15.				<b>Тема: Роль физических упражнений в сохранении здоровья.</b>	
16.			<i>Глава 4. Основы здорового образа жизни.</i>	Тема 4.1. ЗОЖ и его составляющие: труд, отдых, сон, культура питания.	
17.				Тема 4.2. Вредные привычки: курение, алкоголизм, наркомания, токсикомания. Их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	
18.				<i>Самостоятельная работа по т.т. 3.1.-4.2</i> <b>Темы: Семья как динамичный живой организм, как духовный и любовный союз;</b>	
19.				<b>Условия и возможности осуществления в семье личностного роста супругов.</b>	
20.			<b>Раздел III. Основы военной службы. Глава 5. Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества.</b>	Тема 5.1. история создания ВС РФ, их функции и основные задачи. Роль и место ВС РФ в системе обеспечения национальной безопасности.	
21.				Тема 5.2. Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск.	

				Предназначение.	
22.			<i>Глава 6. Боевые традиции ВС РФ.</i>	Тема 6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитников Отечества.	
23.				Дружба и войсковое товарищество – основа боеготовности частей.	
24.				Тема 6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.	
25.				Тема 6.3. Боевое Знамя – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена ВС РФ.	
26.			<b>Раздел IV.</b> <b>Начальная военная подготовка.</b> <i>Глава 7.</i> <i>Начальная военная подготовка в школе.</i>	Тема 7.1. Общевоинские уставы РА: а) <u>Устав внутренне службы:</u> права и обязанности военнослужащих; военная присяга; Боевое Знамя; воинские звания;	
27.				б) <u>Устав гарнизонной и караульной службы:</u> организация караульной службы; обязанности часового;	
28.				в) <u>Дисциплинарный устав:</u> поощрения и взыскания, применяемые к солдатам матросам, сержантам и старшинам. Сущность воинской дисциплины.	
29.				г) <u>Строевой устав:</u> -строевая стойка, повороты на месте и в движении -подход к начальнику и отход от него;	
30.				-практическая отработка приемов строевой подготовки	
31.				Тема 7.2. Огневая подготовка. а) назначение, устройство и технические характеристики автомата Калашникова «АК-74»;	
32.				б) неполная разборка и порядок сборки АК после неполной его разборки.	
33.				Тема 7.3. Физическая подготовка: а) упражнения на силу и выносливость (бег, подтягивание отжимание, упражнения с мячом);	
34.				б) упражнения на вестибулярную устойчивость, акробатические упражнения.	
35.				Итоговое контрольное тестирование. подведение итогов	

## Календарно-тематическое планирование 11 класс

№ п/п		Наименование раздела и темы урока	Дата проведения		Примечание
			План	Факт	
1		2			
1.	<b>Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства</b> Раздел 1. <b>Основы комплексной безопасности.</b> Глава1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	Автономное пребывание человека в природной среде Обеспечение личной безопасности на дорогах; в криминогенных ситуациях. Правила личной безопасности при угрозе терактов. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.			
2.		Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.			
3.		ЧС природного характера. Причины возникновения и возможные последствия. Л/б в условиях ЧС.			
4.		ЧС техногенного характера. Причины возникновения и возможные последствия Л/б в условиях ЧС.			
5.		Глава 3. Проблемы безопасности социального характера.			
6.		Угрозы национальной безопасности России и национальная оборона.			
7.		Международный терроризм, наркотизм и национальная безопасность			
8.	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b> Раздел 4. <b>Основы здорового образа жизни.</b> Глава 3.	Правила личной гигиены			

	Нравственность и здоровье				
9.		Нравственность и здоровый образ жизни			
10.		Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики.			
11.		Семья в современном обществе. Законодательство и семья			
12.		Семинар по темам 3.1- 3.4			
13.	Раздел 5. <b>Основы медицинских знаний</b> Глава 4. Первая помощь при неотложных состояниях.	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.			
14.		Первая помощь при ранениях			
15.		Основные правила оказания первой медицинской помощи.			
16.		Остановка кровотечения.			
17.		ПМП при травмах опорно-двигательного аппарата			
18.		ПМП при черепно-мозговой травме, груди, поврежд. позвоночника и спины.			
19.		Первая помощь при остановке сердца			
20.		Способы иммобилизации и переноске пострадавшего			
21.	<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b> Раздел 6. <b>Основы обороны государства</b> Глава 5. ВС Российской Федерации – основа обороны государства.	Основные задачи современных ВС.			
22.		Структура и состав ВС РФ.			
23.		Виды ВС РФ			
24.		Рода войск. Воинские формирования не входящие в состав ВС РФ.			
25.		Глава 7. Символы воинской чести.			
26.		Боевое знамя воинской части.			



27.		Военная форма одежды. Ордена – почетные награды за заслуги в/службы.			
		Глава 8 Воинская обязанность.			
28.		Организация и постановка граждан на воинский учет.			
29.		Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.			
30.	Раздел 7 <b>Основы воинской службы.</b> Глава 9 Особенности военной службы.	Правовые основы в/с. Статус военнослужащего. Строевой устав.			
31.		Общевоинские уставы. Устав внутренней службы.			
32.		Дисциплинарный устав. Устав Гарнизонной и караульной службы.			
		Глава 10. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.			
33.		Порядок приведения к Военной присяге. Порядок вручения л/с вооружения и военной техники.			
		Глава 11. Прохождение военной службы.			
34.		Призыв и порядок прохождения в/с. Размещение и быт в/с.			
35.		Особенности в/с по контракту. Альтернативная гражданская служба.			