

**Администрация Плюсского района Псковской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лядская средняя общеобразовательная школа»**

Приложение
к средней общеобразовательной программе
среднего общего образования
муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Лядская средняя общеобразовательная школа»
утверждена приказом № 134 от 02.09.2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень среднего общего образования

10-11 классы

1. Планируемые результаты изучения ОБЖ на уровне среднего общего образования

В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования:

Выпускник на базовом уровне научится:

Основы комплексной безопасности

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;

использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения 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, пассажира 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 опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;

использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;

описывать факторы экориска, 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 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 хобби;

соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;

использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;

пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;

применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;

распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;

использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;

пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;

составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения 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, характерных 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 экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

распознавать симптомы употребления наркотических средств;

описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;

оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

описывать факторы здорового образа жизни;

объяснять преимущества здорового образа жизни;

объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;

описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;

раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения 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 переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;

действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;

составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;

использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения 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.

Основы обороны государства

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;

описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;

приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;

приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;

раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;

разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;

оперировать основными понятиями в области обороны государства;

раскрывать основы и организацию обороны РФ;

раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;

объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;

описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
характеризовать историю создания ВС РФ;
описывать структуру ВС РФ;
характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
распознавать символы ВС РФ;
приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

Правовые основы военной службы

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
раскрывать организацию воинского учета;
комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
описывать основание увольнения с военной службы;
раскрывать предназначение запаса;
объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

Элементы начальной военной подготовки

Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
выполнять строевые приемы и движение без оружия;
выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;

приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;

выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;

описывать порядок хранения автомата;

различать составляющие патрона;

снаряжать магазин патронами;

выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;

описывать явление выстрела и его практическое значение;

объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;

объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;

выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;

объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;

выполнять изготовку к стрельбе;

производить стрельбу;

объяснять назначение и боевые свойства гранат;

различать наступательные и оборонительные гранаты;

описывать устройство ручных осколочных гранат;

выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;

выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;

объяснять предназначение современного общевойскового боя;

характеризовать современный общевойсковой бой;

описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;

выполнять приемы «К бою», «Встать»;

объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;

выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);

определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;

передвигаться по азимутам;

описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);

применять средства индивидуальной защиты;

действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;

описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;

раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;

выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;

оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;

характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;

использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

Основы комплексной безопасности

Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .

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.

Основы обороны государства

Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;

приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

Элементы начальной военной подготовки

Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;

определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;

выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;

выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;

выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;

описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;

выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

Военно-профессиональная деятельность

Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;

оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Согласно учебному плану школы на изучение физики отводится:

10 классе - 34 часа в год из расчета 1 час в неделю (34 учебных недели);

11 класс – 33 часа в год из расчета 1 час в неделю (33 учебных недели).

Содержание курса ОБЖ 10 класса.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Личная безопасность в условиях чрезвычайной ситуации.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Правила самозащиты от насильников и хулиганов. Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном транспорте. В общественном месте. В подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний. Назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном 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.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи. РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства.

Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение граждан (Федеральный закон «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

Гражданская оборона – основная часть обороноспособности страны.

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. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия. Проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещения и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное её содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах 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.

Организация гражданской обороны в общественном учреждении, её предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой 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.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные

заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Здоровый образ жизни и его составляющие

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

Биологические ритмы и работоспособность человека. Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учёт влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия. Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила пользования факторов окружающей природной среды закалывания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закалывающих процедур.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и социальные последствия вредных привычек. 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. Наркотики. Наркомания и токсикомания. Общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Чистота и культура в быту.

Основы военной службы

Вооружённые силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества

История создания Вооружённых Сил России. Организация вооружённых сил Московского государства в XIV – XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение. Вооружённые Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно – Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно – морской флот, история создания, предназначение.

Функции и основные задачи создания Вооружённых Сил, их роль и место в системе обеспечения безопасности страны. Реформа Вооружённых Сил. Вооружённые Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооружёнными Силами. Реформа Вооружённых Сил, её этапы и основное содержание.

Другие войска, их состав и предназначение с учётом концепции государственной политики РФ по военному строительству. Пограничные войска Федеральной пограничной

службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Боевые традиции Вооружённых Сил России

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Патриотизм – духовно-нравственная основа военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине. Стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооружённой защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Дружб, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

Содержание курса ОБЖ 11 класса.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Основы здорового образа жизни

1.1. Правила личной гигиены и здоровья, 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, 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 путём, 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 (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 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 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, травме груди, живота, позвоночника.

2.4 Первая медицинская помощь при остановке сердца (практические занятия). Понятия клинической смерти и реанимация. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила поведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

Раздел II. Основы военной службы

Воинская обязанность

Основные понятия о воинской обязанности. Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержание. Воинский учёт, 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. Профессионально-психологический отбор в вооружённых силах РФ. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим качествам молодёжи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.) 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 подготовке офицеров запаса на военных кафедрах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при первоначальной подготовке граждан на воинский учёт. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Запас Вооружённых сил Российской Федерации, его предназначение. Порядок освобождения граждан от военных сборов.

Особенности военной службы

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. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации – закон воинской жизни. Общевоинские уставы – нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

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

Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России. Военная присяга – основной и нерушимый закон воинской жизни. История понятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

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 воинской службы, организация проводов военнослужащих, увольнение в запас. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.

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.

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.).

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.

Военнослужащий – защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил.

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.

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 и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

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 Вооружённых 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 расчёта).

Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования военных уставов, приказы командиров и начальников

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

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 Вооружённых Сил Российской Федерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России

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

Тематическое планирование 10 класс

№ п\п	Тема	Виды контроля Домашнее задание
Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (20)		
<i>Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования</i>		
1\1	Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие	Текущий. ДЗ: п. 1.1
2\1	Автономное существование человека в условиях природной среды	Текущий. ДЗ: п.1.2
3\1	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	Текущий. ДЗ: глава 2
4\1	Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних	Текущий. ДЗ: п.3.1
5\1	Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств	Текущий. ДЗ: п.3.2
6\1	Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм	Текущий. ДЗ: п.3.3
7\1	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Текущий. ДЗ: глава 4
8\1	Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	Текущий. ДЗ: глава 5
9\1	Контрольная работа №1 по теме: «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях». Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	ДЗ: повторить главу 5

	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. »	
<i>Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время</i>		
10\1	Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления	Текущий. ДЗ: п. 6.1
11\1	Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время	Текущий. ДЗ: п.6.2
<i>Современные средства поражения и их поражающие факторы</i>		
12\1	Ядерное оружие и его боевые свойства	Текущий. ДЗ: п.7.1
13\1	Химическое оружие	Текущий. ДЗ: п.7.2
14\1	Бактериологическое (биологическое) оружие	Текущий. ДЗ: п. 7.3
15\1	Современные обычные средства поражения	Текущий. ДЗ: п. 7.4
<i>Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время</i>		
16\1	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	Текущий. ДЗ: п. 8.1
17\1	Организация инженерной защиты от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций	Текущий. ДЗ: п. 8.2
18\1	Средства индивидуальной защиты населения	Текущий. ДЗ: п.8.3
19\1	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций	Текущий. ДЗ: п.8.4
20\1	Контрольная работа № 2 по теме: «Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время»	ДЗ: повторить п. 8.4
<i>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (3)</i>		
21\1	Основные инфекционные заболевания и их профилактика	Текущий. ДЗ: глава 1
22\1	Значение двигательной активности для здоровья человека	Текущий. ДЗ: глава 2
23\1	Контрольная работа № 3 по теме: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	Повторить главу 2
<i>Раздел III. Основы военной службы 10</i>		
<i>Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества</i>		
24\1	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации	Текущий. ДЗ: п. 1.1
25\1	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и их предназначение	Текущий. ДЗ: п.1.2

26\1	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны	Текущий. ДЗ: п.1.3
27\1	Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение	Текущий. ДЗ: п.1.4
<i>Боевые традиции Вооруженных Сил России</i>		
28\1	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества	Текущий. ДЗ: п. 2.1
29\1	Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности воинских частей и подразделений	Текущий. ДЗ: п.2.2
<i>Символы воинской чести</i>		
30\1	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за отличия и заслуги в бою Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Текущий. ДЗ: п.3.1, 3.2, 3.3
31\2	Огневая подготовка.	Сборка, разборка автомата Калашникова. Ознакомление с устройством автомата Калашникова. Строевые и тактические приемы с автоматом Калашникова. Смазка и чистка автомата Калашникова.
32\2	Строевая подготовка.	Выполнение строевых приемов и движения без оружия и с оружием, строй подразделений и частей, порядок воинского приветствия, обязанности военнослужащих перед построением и в строю, способы передвижения военнослужащих на поле боя .
	Итого: 34 часа	

№ п/п	Тема	Виды контроля Домашнее задание
Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (11 часов)		
<i>Основы здорового образа жизни</i>		
1\1	Правила личной гигиены и здоровья	Текущий. Д/З: п.1.1
2\1	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	Текущий. Д/З: п.1.2
3\1	Семья в современном обществе. Законодательство о семье	Текущий. Д/З: п.1.3
4\1	Заболевания, передающиеся половым путем. Тестирование	Текущий. Д/З: п.1.4
<i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</i>		
5\1	Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях	Текущий. Д/З: п. 2.1
6\1	Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях, разрывов связок и мышц, вывихах и переломах	Текущий. Д/З: п.2.2
7\1	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника	Текущий. Д/З: п.2.3
8\1	Первая медицинская помощь при травмах груди, живота и области таза. Первая медицинская помощь при травматическом шоке	Текущий. Д/З: п.2.4, 2.5
9\1	Первая медицинская помощь при попадании в полости носа, глотку пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел	Текущий. Д/З: п.2.6
10\1	Первая медицинская помощь при остановке сердца. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	Текущий. Д/З: п.2.7, 2.8
11\1	Контрольная работа № 1 по теме: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	Д/З: Повторить п. 2.7, 2.8
Раздел II. Основы военной службы (23 часа)		
<i>Воинская обязанность</i>		
12\1	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение	Текущий. Д/З: п. 1.1,1.2
13\1	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе	Текущий. Д/З п.1.3, 1.4
14\1	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет	Текущий. Д/З: п. 1.5
15\1	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Тестирование	Текущий. Д/З: п.1.6
<i>Особенности военной службы</i>		
16\1	Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской жизни	Текущий. Д/З: п.2.1, 2.2
17\1	Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России	Текущий. Д/З: п.2.3

18\1	Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту	Текущий. Д/З: п.2.4, 2.5
19\1	Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды	Текущий. Д/З: п.2.6
20\1	Права и ответственность военнослужащих. Тестирование	Текущий. Д/З: п.2.7
<i>Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России</i>		
21\1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	Текущий. Д/З: п. 3.1
22\1	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	Текущий. Д/З: п. 3.2
23\1	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	Текущий. Д/З: п. 3.3
24\1	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Как стать офицером Российской армии	Текущий. Д/З: 3.4, 3.5
25\1	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Тестирование	Текущий. Д/З: п.3.6
<i>Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов</i>		
26\1	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта	Текущий. Д/З: глава 4
<i>Психологические основы подготовки к военной службе</i>		
27\1	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Личность и социальная роль военного человека	Текущий. Д/З: п.5.1, 5.2
28\1	Психологические свойства в структуре личности. Слухи и искаженная информация	Текущий. Д/З: п. 5.3, 5.4
29\1	О морально-этических качествах военнослужащего. Чувства личности и военная служба	Текущий. Д/З: п. 5.5, 5.6
30\1	Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психологическое саморегулирование и самоанализ	Текущий. Д/З: п. 5.7, 5.8
31\1	Контрольная работа № 2 по теме: «Основы военной службы»	Д/З: повторить п. 5.7, 5.8
32\2	Итоговое повторение по курсу: «Основы безопасности жизнедеятельности»	Д/З: повторить Раздел I. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и Раздел II. «Основы военной службы»
33\1	Итоговая контрольная работа по курсу: «Основы безопасности жизнедеятельности»	
Итого: 34 часа		

Рабочая программа воспитания реализуется при изучении следующих тем:

10 класс:

- Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних;
- Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- Значение двигательной активности для здоровья человека;
- История создания Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.

11 класс:

- Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов;
- Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества;
- Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта;
- Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психологическое саморегулирование и самоанализ.

