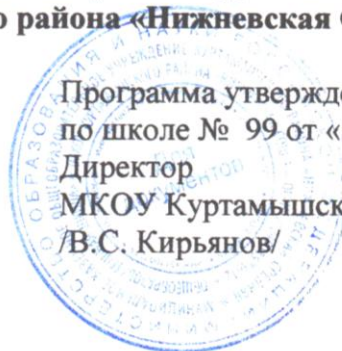


**МОУО «Отдел образования Администрации Куртамышского района»
МКОУ Куртамышского района «Нижневская СОШ»**

Программа рассмотрена и утверждена
на заседании педагогического
совета школы
Протокол № 1
от «31 » августа 2016 года

Программа утверждена приказом
по школе № 99 от «31» августа 2016 года

Директор
МКОУ Куртамышского района
/В.С. Кирьянов/



**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
По предмету основы безопасности жизнедеятельности
Для 10-11 класса
(базовый уровень)**

Составитель: учитель технологии
Сучилов Александр Иванович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования, БУП 2004 г., примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в X-XI классах общеобразовательных учреждений под общей редакцией Ю.Л. Воробьева.

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ, которые определены стандартом.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;

организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

Структурно программа 10 класса состоит из трёх разделов и восьми тем.

Раздел I «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации в Российской Федерации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, полученных при изучении основ безопасности жизнедеятельности в 5 – 9 классах. Раздел состоит из двух обобщающих тем: «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения», «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из двух тем.

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодёжи к военной службе. Раздел состоит из четырех тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооружённых Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обес-

печения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодёжи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Структурно программа 11 класса состоит из двух разделов и пяти тем.

Раздел I «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из двух тем.

Раздел II «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодёжи к военной службе. Раздел состоит из трех тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооружённых Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодёжи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Программа предусматривает использование учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10,11 классов общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьёва. – М.: АСТ: Астрель, 2008– 2010.

Цель: воспитание личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Задачи:

- освоение обучающимися знаний о безопасности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма;
- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных ситуациях;

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные обучающимися в основной общеобразовательной школе, способствует формированию у них цельного представления о безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, поможет определить направление самостоятельной подготовки к выбранной профессиональной деятельности.

Структура программы

Рабочая программа включает следующие разделы: пояснительную записку; требования к уровню подготовки учащихся; учебно-тематический план; основное содержание с распределением учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов; календарно-тематическое планирование; контрольно-измерительные материалы, список литературы.

Место предмета в базисном учебном плане

Федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классах в количестве 70 часов, из расчета 1 час в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 68 учебных часов (согласно Уставу ОУ, который определяет продолжительность учебного года не менее 34 учебных недель), из расчета 1 часа в неделю в 10 и 11 классах.

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

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 среднего (полного) общего образования являются:

умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;

использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;

участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;

поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;

оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;

умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;

осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;

- семинары и круглые столы;

- индивидуальные консультации;

- учебные сборы по основам военной службы с учащимися - юношами 10 классов;

- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГО и ЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Формы контроля. Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Большое внимание уделяется практическим работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

Особенности программы

В рамках курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10, 11 классах реализуется **превентивный модульный курс «Профилактика употребления психоактивных веществ, предупреждение распространения ВИЧ-инфекции»**.

Изучение данного курса проходит модульно (8ч. в год) в предмете «Основы безопасности жизнедеятельности». Обязательный минимум изучения модуля «Профилактика употребления психоактивных веществ, предупреждение распространения ВИЧ-инфекции» изложен в подразделе «Основы здорового образа жизни».

Результаты обучения

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки обучающихся». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10 КЛАССА

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен **знать:**

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и другие подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении задачах организации гражданской обороны;

использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 КЛАССА

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен **знать:**

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и другие подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении задачах организации гражданской обороны;

использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;

- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращение за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 10 КЛАСС

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		раздел	тема
I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	15	
<i>1</i>	<i>Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.</i>		9
1.1	Терроризм – угроза национальной безопасности.		1
1.2	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.		1.
1.3	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера		1
1.4	Уголовная ответственность несовершеннолетних		1
1.5	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера		1
1.6	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности		1
1.7.	Правила дорожного движения		3
<i>2</i>	<i>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны</i>		6
2.1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны		1
2.2	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения		1
2.3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени		1

2.4	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени		1
2.5	Средства индивидуальной защиты		1
2.6	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении		1
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10	
3.	<i>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</i>		2
3.1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности		1
3.2	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика		1
4	<i>Основы здорового образа жизни</i>		8
4.1 ПАВ	Здоровый образ жизни и его составляющие		2
4.2 ПАВ	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека		1
4.3 ПАВ	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека		1
4.4 ПАВ	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек		1
4.5 ПАВ	Профилактика злоупотребления ПАВ		3
III	Основы военной службы	9	
5	<i>Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества</i>		4
5.1	История создания Вооружённых Сил Российской Федерации		1
5.2	Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, рода войск. История их создания и предназначение		1
5.3	Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооружённых Сил.		1
5.4	Другие войска, их состав и предназначение		1
6	<i>Боевые традиции Вооружённых Сил России</i>		3
6.1	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества		1
6.2	Памяти поколений – дни воинской славы России		1
6.3	Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений		1
7	<i>Символы воинской чести</i>		2
7.1	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.		1
7.2	Ордена – почётные награды за воинские отличия и		1

	заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.		
7.3	Пожарная безопасность.		1.
Всего		34	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 11 КЛАСС

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		раздел	тема
I	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12	
<i>1</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>		8
1.1	Терроризм – угроза национальной безопасности.		1
1.2	Правила личной гигиены и здоровье		1.
1.3	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов		1
1.4	Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики.		1
1.5	СПИД и его профилактика		1.
1.6	Профилактика злоупотребления ПАВ.		3.
<i>2</i>	<i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</i>		<i>4</i>
2.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)		1
2.2	Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)		1
2.3	Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)		1
2.4	Первая медицинская помощь при остановке сердца		1
II	Основы военной службы	18	
<i>3.</i>	<i>Воинская обязанность</i>		<i>6</i>
3.1	Основные понятия о воинской обязанности		1
3.2	Организация воинского учёта и его предназначение		1
3.3	Обязательная подготовка граждан к военной службе		1
3.4	Добровольная подготовка граждан к военной службе		1
3.5	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт		1
3.6	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе		1
<i>4</i>	<i>Особенности военной службы</i>		<i>7</i>
4.1	Правовые основы военной службы		1
4.2	Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации – закон воинской жизни		1
4.3	Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России		1

4.4	Прохождение военной службы по призыву		1
4.5	Прохождение военной службы по контракту		1
4.6	Права и ответственность военнослужащих		1
4.7	Альтернативная гражданская служба		1
5	<i>Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил.</i>		5
5.1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества		1
5.2	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и техникой		1
5.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина		1
5.4	Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников		1
5.5	Как стать офицером Российской армии		1
6.	Пожарная безопасность.		1.
7.	Правила дорожного движения.		3.
Всего часов			34

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. 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. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

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

1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

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.

1.4. *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.).

1.5. *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.

1.6 *Правила дорожного движения.*

Дорожное движение и его участники. Правила безопасного поведения на дорогах. Краткая характеристика современных видов транспорта.

2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

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

2.2. *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 средства поражения, их поражающие факторы..

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3. *Оповещение 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, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

2.4. *Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций 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).

2.5. *Средства индивидуальной защиты.*

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.

2.6. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

Раздел II. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

3.1. 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.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

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.

4. Основы здорового образа жизни.

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

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.

4.2. Биологические ритмы и их влияние на 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.

4.3. 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.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

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

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

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.

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

4.5 Профилактика злоупотребления ПАВ.

Курение, употребление алкоголя, наркомания и токсикомания. Социальная опасность этих явлений. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Раздел III. Основы военной службы.

5. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

5.1. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

Организация вооружённых сил Московского государства в XIV-XV вв. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение.

Вооружённые Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.2. Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, и рода войск. История их создания и предназначение.

Организационная структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил и рода войск.

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. Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

5.3. Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны Реформа Вооружённых Сил.

Вооружённые Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны.

5.4. Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные войска Федеральной Службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооружённых Сил России.

6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Патриотизм – духовно – нравственная основа личности 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.

6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

6.3. Дружба, 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.

7. Символы воинской чести.

7.1 Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части – особо почётный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

7.2 Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

История государственных наград за военные отличия в России.

Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

8. Основы военной службы (практические занятия на базе ПУ – 19 во внеурочное время) – учебные сборы.

8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе ПУ – 19. Ознакомление с историей создания кадетского корпуса в училище. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопасности во время занятий с оружием. Значение военных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

8.2. Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъём, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

8.4. Организация караульной службы, обязанности часового.

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

8.5. Строевая подготовка.

Отработка строевых приёмов и движений без оружия. Отработка правил приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

8.6. Огневая подготовка.

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

8.7. Тактическая подготовка.

Основные виды боя. Действия солдат в бою, обязанности солдат в бою, передвижения солдат в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

8.8. Физическая подготовка.

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объёме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

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 Военская 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 проходов 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

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ

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; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- 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 контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

Уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- 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.

УЧЕБНО- МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Мионов и др.– М.: Дрофа, 2002 – 320с.: ил. (основной учебник)
2. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./ А.Т.Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев и др.; – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2001.–160 с.
3. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т.. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с. : 8 л. 4 л.
4. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2004 - 382, [2] с.
5. ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Мионов и др.– М.: Дрофа, 2003 – 288с.: ил. (основной учебник)\
6. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. /А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с.: 8 л. ил.
7. ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2002 - 366, [2] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа 5-11 классы / под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009.

2. «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10,11 классов общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2008 – 2010.
3. Вооружённые силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. – Учебное пособие.- Москва: Армпресс, 2001.
4. Гражданская защита: энцикл. словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. — М., 2005.
5. Катастрофы и человек: российский опыт противодействия чрезвычайным ситуациям / под ред. Ю. Л. Воробьева. — М., 1997. Конституция Российской Федерации (действующая редакция)
6. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 2.
7. *Макеева А. Г.* Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М., 2005.
8. *Макеева А. Г.* Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод, пособие для учителя: 7—9 кл. /А. Г. Макеева. — М., 2005.
9. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления / под общ. ред. А. Н. Гаранского. — М., 2003.
10. Общевоинские уставы Вооружённых Сил РФ. – М.: Военное издательство, 1994.
11. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник/ [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюбов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. — М., 2007.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

№ п./п.	Наименование раздела программы Тема урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Д/З	Дата проведения	
								План.	Факт.
1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.								
	(15 часов.)								
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения. (9 часов.)							9	
1.1	Правила поведения при угрозе совершения террористического акта.	1.	Лекция.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника, при обнаружении взрывоопасного предмета.	Знать о существовании террористической угрозы. Распознавать взрывные устройства по различным признакам. Уметь действовать при угрозе совершения террористического акта.	Решение ситуационных задач.			
1.2	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.	1.	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня	<i>Знать</i> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них. <i>Уметь</i> называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях	Практическая работа: Ориентирование на местности.	Глава 1 § 1.1-1.2 учебник		
1.3	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1.	Комбинированный	Возможные ситуации при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной кримино-	<i>Знать</i> правила поведения в криминогенных ситуациях. <i>Уметь</i> : – объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;	Решение ситуационных задач	Глава 2 учебник		

				генной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и т. д.	– использовать приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности				
1.4	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1.	Лекция.	<p>Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.</p> <p>Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.</p> <p>Правила поведения в общественном транспорте.</p> <p>Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.</p> <p>Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм</p>	<p><i>Знать</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых <i>Знать</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения</p>	Решение ситуационных задач	Глава 3 § 3- 3.1-3.2-3.3 учебник		
1.5	<p>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>Пожарная безопасность.</p>	1.		<p>1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p>	<p><i>Знать</i> потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера</p>	Решение ситуационных задач	Глава 4		

1.6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи. Законы и другие НПА РФ по обеспечению безопасности.	1.	Лекция.	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций 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»,	<i>Знать</i> предназначение, структуру и задачи РСЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи. <i>Знать</i> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др..	Решение ситуационных задач	Глава 5		
1.7	Правила дорожного движения.	3.	Лекция	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте	<i>Знать</i> о причинах дорожно-транспортных происшествий, правилах безопасного поведения пешехода и велосипедиста. <i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах	Решение ситуационных задач			
2.	<i>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (.6 часов.)</i>							6.	

2.1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	1.	Лекция.	Гражданская оборона, история ее 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	<i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	Индивидуальный опрос	Глава 6		
2.2	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	1.	Лекция.	Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения	<i>Иметь представление</i> о современных средствах поражения и их поражающих факторах. <i>Уметь</i> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления	Индивидуальный опрос	Глава 7		
2.3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1.	Лекция.	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	<i>Знать</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <i>Уметь</i> действовать в чрезвычайных ситуациях	Решение ситуационных задач	Глава 8 § 8.1		
2.4	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	1.	Лекция.	Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях	<i>Знать</i> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. <i>Уметь</i> : – действовать в чрезвычайных ситуациях; – использовать средства коллективной защиты.	Индивидуальный опрос	§8.2		
				Основные средства защиты орга-	<i>Знать</i> основные средства индиви-	Практическая	§ 8.3		

2.5	Средства индивидуальной защиты.	1.	Лекция.	нов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики	дуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. <i>Уметь</i> владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)	работа: Отработка навыков пользования противогазом ГП-7. (15 мин)			
2.7	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	1.	Лекция.	Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Отработка правил поведения в случае получения сигнала о ЧС. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых	<i>Знать</i> об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. <i>Уметь</i> действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»	Практическая работа: Отработка навыков поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. (15 мин)	§ 6.2		
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (10 часов).								
3.	<i>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 часа).</i>								
3.1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1.	Лекция.	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	<i>Знать</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета	Индивидуальный опрос	Раздел II Глава 2		
3.2	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1.	Лекция.	Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике	<i>Знать</i> об основных принципах классификации инфекционных заболеваний. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний	Индивидуальный опрос	Раздел II Глава 1		
4.	Основы здорового образа жизни. (8 часов).								
	Здоровый образ жизни и его со-	2.	Лек-	Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения чело-	<i>Знать</i> основное определение понятия «здоровый образ жизни», о	Семинар			

4.1 ПА В	ставляющие.		ция.	века, направленная на укрепление и сохранение здоровья Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств	факторах, влияющих на здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни				
4.2 ПА В	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1.	Лекция.	Основные понятия о биологических ритмах организма Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности	<i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни <i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Семинар			
4.3 ПА В	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1.	Лекция.	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. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья.	<i>Знать</i> о факторах, способствующих укреплению здоровья. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Семинар	Раздел II Глава 2		

4.4 ПА В	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1.	Лекция.	<p>Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия.</p> <p>Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.</p> <p>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</p> <p>Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту</p>	<p><i>Знать</i> о вредных привычках– факторах, разрушающих здоровье.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	Семинар			
4.5 ПА В	Профилактика злоупотребления ПАВ.	3.	Лекция.	<p>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</p> <p>Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту</p>	<p><i>Знать</i> о вредных привычках– факторах, разрушающих здоровье.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	Индивидуальный опрос			

3.		Основы военной службы. 9 часов.							
5.		Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. (46 часа.)						4.	
5.1	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	1.	Лекция.	<p>Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы</p>	<p><i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</p> <p><i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p>	Семинар	Раздел III § 1.1		
5.2	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.	1.	Лекция.	<p>Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, 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</p>	<p><i>Иметь представление</i> об организационной структуре ВС РФ. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p> <p><i>Знать</i> состав и предназначение ВС РФ.</p> <p><i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности к военной службе</p>	Индивидуальный опрос	§ 1.2		
5.3	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной	1.	Лекция.	<p>Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Воору-</p>	<p>Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная Индивидуальный опрос организация, составляющая основу обороны страны.</p>	Индивидуальный опрос	§ 1.3		

	безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.			женными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание	Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание				
5.4	Другие войска, их состав и предназначение.	1.	Лекция.	Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение	<i>Знать</i> состав и предназначение ВС РФ. <i>Уметь</i> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе	Индивидуальный опрос	§ 1.4		
6.	<i>Боевые традиции Вооруженных Сил России. (3 часа.)</i>							3.	
6.1	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.	1.	Лекция.	Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего–защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг	<i>Знать</i> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Индивидуальный опрос Проверочная работа по теме «Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества». (20 мин)	Раздел iii Глава 2 § 2.1		
6.2	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1.	Беседа.	Дни воинской славы – Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России	<i>Знать</i> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. <i>Уметь</i> : – отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Семинар	§		

6.3	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	1.	Лекция.	Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота	<i>Иметь представление</i> о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	Индивидуальный опрос	§ 2.2			
7.	<i>Символы воинской чести. (2 часа.)</i>								2.	
7.1	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1.	Лекция.	Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личного составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку	<i>Иметь представление</i> о символах воинской чести. <i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе <i>Иметь представление</i> о ритуалах ВС РФ. <i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	Семинар Проверочная работа по теме «Символы воинской чести».	Глава 3 § 3.1			
7.2	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1.	Лекция.	История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации	<i>Иметь представление</i> об основных государственных наградах. <i>Уметь</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды	Семинар	§ 3.2			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс

№ п./п.	Наименование раздела программы Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля.	Д/З	Дата проведения	
								План.	Факт
I.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (12 ч)							12	
1.	<i>Основы здорового образа жизни (8 ч)</i>							8	
1.1 ПА В	Терроризм – угроза национальной безопасности России.	1.	Лекция.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника, при обнаружении взрывоопасного предмета.	Знать о существовании террористической угрозы. Распознавать взрывные устройства по различным признакам. Уметь действовать при угрозе совершения террористического акта.	Тестирование. Решение ситуационных задач.			
1.2 ПА В	Правила личной гигиены и здоровья	1.	Лекция	Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма	<i>Знать</i> об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Тестирование. (10 мин)	Глава 1 § 1.1		
1.3 ПА В	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1.	Лекция	Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор и материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей	<i>Знать</i> о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи <i>Знать</i> об основах законодательства РФ о семье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи	Индивидуальный опрос	§ 1.2 -1.3		
1.4 ПА В	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики	1.	Лекция	Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венериче-	<i>Знать</i> об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для ведения здорового	Индивидуальный опрос	§ 1.4		

				ской болезнью	образа жизни					
1.5 ПА В	СПИД и его профилактика.	1.	Лек- ция.	ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая ха- рактеристика и пути заражения. СПИД – это финальная стадия инфек- ционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ) Профилактика СПИДа. Ответственность за зараже- ние ВИЧ-инфекцией	<i>Знать</i> о путях заражения ВИЧ- инфекцией. <i>Уметь</i> использовать приобретен- ные знания для ведения здорового образа жизни <i>Знать</i> о профилак- тике СПИДа; об ответственности за заражение ВИЧ-инфекцией. <i>Уметь</i> использовать приобретен- ные знания для ведения здорового образа жизни	Индивиду- альный опрос	§ 1.4			
1.6 ПА В	Профилактика злоупотребле- ния ПАВ.	3.	Лек- ция.	Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его со- ставные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую сис- темы. Пассивное курение и его влия- ние на здоровье Наркотики. Нарко- мания и токсикомания, общие понятия и определения Социальные последст- вия пристрастия к наркотикам. Про- филактика наркомании, чистота и культура в быту	<i>Знать</i> о вредных привычках– факторах, разрушающих здоро- вье. <i>Уметь</i> использовать приобретен- ные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Индивиду- альный опрос				
2.	<i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. (4 часа).</i>							4.		
2.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1.	Лекция	Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникнове- ние. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при сер- дечной недостаточности и ин- сульте. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте	Индивиду- альный опрос Практиче- ское заня- тие.	§ 2.8			
2.2	Первая медицинская помощь при ранениях	1.	Лекция	Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. спосо- бы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью	<i>Знать</i> виды ран и правила оказа- ния первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки. <i>Владеть навыками</i> оказания пер- вой медицинской помощи при	Индивиду- альный опрос Практиче- ское заня-	§ 2.1			

					кровотечениях	тие.				
2.3	Первая медицинская помощь при травмах	1.	Лекция	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника	<i>Знать</i> правила оказания первой медицинской помощи при травмах. <i>Владеть навыками</i> оказания первой медицинской помощи при травмах, растяжениях	Индивидуальный опрос Практическое занятие.	§ 2.2			
2.4	Первая медицинская помощь при остановке сердца	1.	Лекция	Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации	<i>Знать</i> о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приемах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. <i>Владеть навыками</i> проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца	Проверочная работа по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». (20 мин)	§ 2.7			
II.	Основы военной службы. (18 часа)							18		
3.	Воинская обязанность. (6 часов)							6		
3.1	Основные понятия о воинской обязанности	1.	Лекция	Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе	<i>Знать</i> об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	Глава 2 § 1.1			
3.2	Организация воинского учета и его предназначение	1.	Лекция	Организация воинского учета. Обязанности граждан по воинскому учету Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет	<i>Знать</i> о первоначальной постановке граждан на воинский учет. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	§1.2			
3.3	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1.	Лекция	Основные требования к индивидуально-психологическим и профессио-	<i>Знать</i> о требованиях, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и про-	Индивидуальный	§ 1.3			

				нальным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.)	фессиональным качествам гражданина. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	опрос				
3.4	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1.	Лекция	Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по 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 в образовательных учреждениях высшего профессионального образования	<i>Знать</i> об основных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	Индивидуальный опрос	§ 1.4			
3.5	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет	1.	Лекция	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет Предназначение медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. Категории годности к военной службе	<i>Знать</i> об организации медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учет, о категориях годности к военной службе. <i>Уметь</i> использовать полученные знания при первоначальной постановке на воинский учет	Индивидуальный опрос	§1.5			
3.6	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1.	Лекция	Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов	<i>Знать</i> об основах военной службы. <i>Иметь представление</i> об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	§ 1.6			
4.	Особенности военной службы. (7 часов)							7		
4.1	Правовые основы военной службы	1.	Лекция	Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и	<i>Знать</i> основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и во-	Индивиду-	§ 2.1			

				<p>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.</p> <p>Военные аспекты международного военного права</p>	<p>инской обязанности и военной службе граждан. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p>	<p>альный опрос</p>			
4.2	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской жизни	1.	Лекция	<p>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</p>	<p><i>Знать</i> о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевоинских уставов Вооруженных Сил.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы</p>	<p>Индивидуальный опрос</p>	§ 2.2		
4.3	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.	1.	Лекция	<p>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</p>	<p><i>Знать</i> о традициях ВС РФ.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы</p>	<p>Индивидуальный опрос</p>	§2.3		
4.4	Прохождение военной службы по призыву	1.	Лекция	<p>Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проходов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды</p>	<p><i>Знать</i> об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p>	<p>Индивидуальный опрос</p>	§ 2.4		
					<i>Знать</i> основные условия прохож-				

4.5	Прохождения военной службы по контракту	1.	Лекция	<p>Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.</p> <p>Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.</p>	<p>дения военной службы по контракту; требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту; сроки военной службы по контракту; права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.</p> <p><i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; оценки уровня своей подготовленности к ней</p>	Индивидуальный опрос	§ 2.5		
4.6	Права и ответственность военнослужащих	1.	Лекция	<p>Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.</p> <p>Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)</p>	<p><i>Знать</i> общие права и обязанности военнослужащих; виды ответственности, установленной для военнослужащих, значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат и матросов; об уголовной ответственности за преступления против военной службы.</p> <p><i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности и осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p>	Индивидуальный опрос	§ 2.7		
4.7	Альтернативная гражданская служба	1.	Лекция	<p>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</p>	<p><i>Знать</i> особенности прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p><i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности к военной службе</p>	Индивидуальный опрос Тестирование (15 мин)	§		

				<p>гражданской службой.</p> <p>Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан.</p> <p>Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой</p>					
5.	<i>Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил. (5 часов)</i>							5	
5.1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1.	Лекция	<p>Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание – защитника Отечества: любовь к Родине, ее 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</p>	<p><i>Знать</i> об основных качествах военнослужащего.</p> <p><i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. <i>Уметь</i> использовать приобретенные</p>	Индивидуальный опрос	Глава 3 § 3.1		
5.2	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющей оружием и военной техникой	1.	Лекция	<p>Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения.</p> <p>Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и военное мастерство.</p> <p>Быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя</p>	<p><i>Знать</i> об основных качествах военнослужащего.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы</p>	индивидуальный опрос	§ 3.2		
5.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам	1.	Лекция	<p>Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение.</p> <p>Особенности воинской деятельности в</p>	<p><i>Знать</i> об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъяв-</p>	Индивидуальный опрос	§ 3.3		

	гражданина			различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи, призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)	ляемых военной службой к уровню подготовки призывника. <i>Уметь:</i> – оценивать уровень своей подготовленности к военной службе; – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы				
5.4	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	1.	Лекция	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 командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу	<i>Знать</i> о принципе единоначалия в Вооруженных Силах РФ; требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	Индивидуальный опрос	§ 3.4		
5.5	Как стать офицером Российской армии	1.	Лекция	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации	<i>Знать</i> об основных видах военных образовательных учреждений профессионального образования; правила приема в военные образовательные учреждения. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	§ 3.5		
6.	Пожарная безопасность.	1.	Лекция	Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применении источников открытого огня. Правила безопасного поведения при	<i>Знать</i> о причинах возникновения пожаров; мерах пожарной безопасности; правилах безопасного поведения при пожаре в доме. <i>Владеть навыками</i> безопасного поведения при возникновении пожара в жилище	Индивидуальный опрос			

				пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале). Способы эвакуации из горящего здания					
7.	<i>Правила дорожного движения (3 часа).</i>							3.	
7.1	Правила обеспечения безопасности дорожного движения	3.	Лекция	<p>Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Причины дорожно-транспортных происшествий.</p> <p>Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте</p>	<p><i>Знать</i> о причинах дорожно-транспортных происшествий, правилах безопасного поведения пешехода и велосипедиста.</p> <p><i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах</p> <p><i>Знать</i> правила безопасного поведения пассажиров на транспорте</p>	Решение ситуационных задач.			

Основное содержание программы

Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (4 часа)

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

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

Алкоголь и его влияние на здоровье 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 систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

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

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Государственная система обеспечения безопасности населения (8 час)

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

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 согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

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

Структура и органы управления гражданской обороной.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

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.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.

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.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.

Служба скорой медицинской помощи.

Другие государственные службы в области безопасности.

Основы обороны государства и воинская обязанность (18 час)

История создания Вооруженных Сил России.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил.

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.

Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.

Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура.

Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура.

Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.

Космические войска: история создания, предназначение, структура.

Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.

Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

Воинская обязанность

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.

Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Правовые основы военной службы. Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву.

Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Статус военнослужащих.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.

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

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

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

Воинские символы и боевые традиции Вооруженных Сил

Дни воинской славы России — Дни славных побед.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Военно-профессиональная ориентация

Ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.

Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования.

Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ

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; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- 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 контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

Уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- 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.

УЧЕБНО- МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

8. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миرون и др.– М.: Дрофа, 2002 – 320с.: ил. (основной учебник)
9. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./ А.Т.Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев и др.; – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2001.–160 с.
10. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т.. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с. : 8 л. 4 л.
11. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2004 - 382, [2] с.
12. ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миرون и др.– М.: Дрофа, 2003 – 288с.: ил. (основной учебник)\
13. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. /А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с.: 8 л. ил.
14. ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2002 - 366, [2] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА:

12. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа 5-11 классы / под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009.
13. «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10,11 классов общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2008 – 2010.
14. Вооружённые силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. – Учебное пособие.- Москва: Армпресс, 2001.
15. Гражданская защита: энцикл. словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. — М., 2005.
16. Катастрофы и человек: российский опыт противодействия чрезвычайным ситуациям / под ред. Ю. Л. Воробьева. — М., 1997. Конституция Российской Федерации (действующая редакция)
17. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 2.
18. *Макеева А. Г.* Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М., 2005.
19. *Макеева А. Г.* Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод, пособие для учителя: 7—9 кл. /А. Г. Макеева. — М., 2005.
20. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления / под общ. ред. А. Н. Гаранского. — М., 2003.
21. Общевоинские уставы Вооружённых Сил РФ. – М.: Военное издательство, 1994.
22. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник/ [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюбов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. — М., 2007.

Контрольно- измерительные материалы

Контрольная работа 1

Тема: «Основы здорового образа жизни»

Вариант 1

1. Какие гигиенические правила следует выполнять, ухаживая за своей кожей?
2. Как правильно ухаживать за своими волосами?
3. Что такое семья и каковы ее главные функции?
4. Какие правила следует соблюдать, чтобы избежать заражения венерической болезнью?

Вариант 2

1. Сформулируйте правила ухода за зубами и полостью рта.
2. Каких правил следует придерживаться супругам, чтобы сохранить любовь и уважение друг к другу?
3. В каких случаях действующее законодательство Российской Федерации не допускает заключение брака?
4. Назовите известные вам венерические болезни. Какие из них являются наиболее опасными для здоровья человека?

Контрольная работа 2

Тема: «Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях»

Вариант 1

1. Назовите виды кровотечений и их характеристики.
2. Какие способы используют для временной остановки кровотечения?
3. Что представляет собой внутреннее кровотечение и каковы его признаки?
4. Что такое рана? Какие бывают раны?

Вариант 2

1. Назовите признаки наружного артериального и поверхностного венозного кровотечения.
2. Какие ошибки совершают оказывающие помощь при наложении кровоостанавливающего жгута?
3. Какую помощь следует оказать пострадавшему при внутреннем кровотечении?
4. Каких правил следует придерживаться при наложении повязки на рану?

Контрольная работа 3

Тема: «Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата»

Вариант 1

1. Что включает в себя опорно-двигательный аппарат человека, и какие функции он выполняет?
2. Сформулируйте общие действия по оказанию первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.
3. Что собой представляют открытые переломы и чем они опасны?

Вариант 2

1. Какие закрытые травмы, и по каким причинам могут возникать при механическом воздействии на опорно-двигательный аппарат?
2. Какие симптомы характерны для закрытого перелома? Как можно обнаружить закрытый перелом?
3. Какие правила следует выполнять при наложении шины на место перелома?

Контрольная работа 4

Тема: «Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, повреждении позвоночника, травмах груди, живота и таза»

Вариант 1

1. Какие причины чаще всего вызывают травмы головы и позвоночника?
2. Какие симптомы характерны при сотрясении головного мозга?
3. Что такое пневмоторакс? В результате чего он возникает? Какие виды пневмоторакса различают?

Вариант 2

1. Какие признаки свидетельствуют о травме головы и позвоночника?
2. В результате, каких воздействий, чаще всего травмируется грудь, живот и таз?
3. Назовите наиболее распространенные виды травм груди, живота и таза.

Контрольная работа 5

Тема: «Первая медицинская помощь при травматическом шоке, остановке сердца, острой сердечной недостаточности и инсульте»

Вариант 1

1. Что такое травматический шок? Какие причины чаще всего приводят к нему?
2. В какой последовательности проводятся реанимационные мероприятия при оказании помощи человеку, находящемуся в состоянии клинической смерти?
3. Какие признаки свидетельствуют об остановке сердца?
4. Что такое острая сердечная недостаточность, и по каким причинам она возникает?

Вариант 2

1. Как следует оказывать первую медицинскую помощь при травматическом шоке?
2. Что такое клиническая смерть? Какие признаки свидетельствуют о ее наступлении?
3. Каким образом определяется наличие пульса на сонной артерии?
4. В результате, каких причин возникает инсульт? Какие симптомы в состоянии пострадавшего свидетельствуют об инсульте?

Контрольная работа 6

Тема «Воинская обязанность»

Вариант 1

1. Что такое воинская обязанность, и какую структуру она имеет?
2. Какие основные особенности отличают военную службу от других видов государственной службы?
3. Какие причины являются уважительными в случае неявки по вызову военкомата?
4. В каких случаях военнослужащий (не офицер), проходящий военную службу по призыву, имеет право на досрочное увольнение?

Вариант 2

1. Что такое военная служба, и в каких войсках, органах и формированиях она исполняется?
2. Перечислите обязанности граждан по воинскому учету.
3. Какие виды подготовки граждан к военной службе установлены Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»?
4. Для чего предназначен запас Вооруженных Сил Российской Федерации, и из каких категорий граждан он создается?

Контрольная работа 7

Тема: «Особенности военной службы»

Вариант 1

1. Какими законодательными и нормативными правовыми актами регламентируются вопросы обороны и военного строительства в Российской Федерации?
2. Какие категории граждан подлежат освобождению от призыва на военную службу?
3. В чем заключаются общие обязанности военнослужащих в соответствии с Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации?
4. Какие виды ответственности несут военнослужащие в случае совершения ими правонарушений?

Вариант 2

1. Какие виды льгот представляются военнослужащим, проходящим военную службу по призыву?
2. Какие функции выполняют уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, и на какие виды они подразделяются?
3. Какие категории граждан имеют право заключить контракт о прохождении военной службы?
4. Какие права и свободы военнослужащих ограничены в связи со спецификой военной службы, и каким образом они реализуются?

Контрольная работа 8

Тема: «Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство Вооруженных Сил России»

Вариант 1

1. Что понимают под воинской дисциплиной и почему ее роль и значение в современных условиях возрастают?
2. На какие виды условно может быть разделена воинская деятельность?
3. Какие типы образовательных учреждений существуют в системе профессионального образования Министерства обороны Российской Федерации?
4. На основании, каких законодательных и правовых актов, и с какой целью осуществляется международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации?

Вариант 2

1. Что включает в себя боевая подготовка, и какие цели она преследует?
2. Что такое личная дисциплинированность воина, какие составляющие выделяют в ее структуре?
3. Какие документы оформляют при поступлении в военно-учебные заведения?
4. Какие дополнительные льготы установлены военнослужащим, проходящим службу в «горячих» точках?

Контрольная работа 9

Тема: «Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов»

Вариант 1

1. Какие документы составляют основу современного международного гуманитарного права?
2. Назовите основные типы ограничений ведения военных действий, определенных международным гуманитарным правом.
3. Какие международные отличительные знаки используют в соответствии с нормами международного гуманитарного права для обозначения лиц и объектов, находящихся под его защитой?

Вариант 2

1. Какие акты насилия в отношении гражданских объектов и населения запрещены международным гуманитарным правом?
2. Проведением, каких мер международное гуманитарное право ограничивает методы и средства ведения боевых действий?
3. Какие службы, организации и объекты во время вооруженного конфликта имеют право использовать эмблемы красного креста и красного полумесяца?

Контрольная работа 10

Тема: «Психологические основы подготовки к военной службе»

Вариант 1

1. Что такое стресс, какие действия рекомендуют предпринять, чтобы справиться со стрессом?
2. Какое психологическое свойство в структуре Личности является ведущим и что оно собой представляет?
3. Назовите основные морально-этические качества личности.
4. Что такое психическое саморегулирование? Какие методы психического саморегулирования вы знаете?

Вариант 2

1. Что понимают под социальной позицией личности? Чем характеризуется социальная позиция?
2. Какие виды искаженных слухов выделяют психологи? Какие из них являются наиболее опасными и почему?
3. Что вы понимаете под самовоспитанием и самосовершенствованием личности?
4. Для достижения, каких целей может быть использована методика психической саморегуляции?