

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Чистопольско-Высельская средняя общеобразовательная школа»  
Чистопольского муниципального района РТ

«Рассмотрено»  
руководитель ШМО  
Валиева Р. Н. Валиева  
Протокол № 1  
от «27» августа 2020 г.

«Согласовано»  
зам. директора по УР  
МБОУ «Чистопольско-  
Высельская СОШ»  
Щепеткова Н.Я.Щепеткова  
от «29» 08 2020г.

«Утверждено»  
директор МБОУ  
«Чистопольско-Высельская СОШ»  
Чернышева А.Ю. Чернышева  
Приказ № 152  
от «31» 08 2020 г.



**Рабочая программа  
по ОБЖ  
(10-11 классы)**

Уровень: среднее общее образование

Срок реализации: 2020-2022 годы

**Разработчики:** преподаватель-организатор  
ОБЖ Игонин Е.А.

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) для 10-11 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.), Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Чистопольско-Высельская СОШ» на 2020-2022 гг., Положения о рабочей программе учебного предмета, курса в соответствии с ФГОС в МБОУ «Чистопольско-Высельская СОШ», Программы среднего общего образования по ОБЖ 10-11 классы. Авторы А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, ОБЖ 10. – М.: Просвещение, 2016., А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, ОБЖ 11. – М.: Просвещение, 2010.

### Основные цели изучения предмета ОБЖ:

- содействие повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз;
- содействие снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование основ экологического мышления, осознание влияния культуры безопасности жизнедеятельности и социально-экономических процессов на состояние природной среды, приобретение опыта природоохранной деятельности;
- осознание ответственности и потребности в формировании культуры семейных отношений на основе принятия ценностей семейной жизни — любви, равноправия, заботы, ответственности;
- профилактика асоциального поведения учащихся, формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

### Место учебного предмета в учебном плане школы

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10—11 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 10 классе и 34 часов в 11 классе (всего 69 часов).

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является **интегрированным**, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

### Результаты освоения предмета.

#### Личностные результаты:

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;

- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

**умения познавательные, интеллектуальные** (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- *формулировать* личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- *анализировать* причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; *обобщать и сравнивать* последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- *выявлять причинно-следственные связи* опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- *генерировать идеи, моделировать* индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; *планировать* — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- *выбирать* средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- *находить, обобщать и интерпретировать информацию* с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- *применять* теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

**умения коммуникативные:**

- *взаимодействовать с окружающими*, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
- *выполнять* различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

**умения регулятивные (организационные):**

- *саморегуляция и самоуправление* собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
- *владение навыками* учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- *владение навыками* познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- *владение практическими навыками* первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике

безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

***в ценностно-ориентационной сфере:***

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

***в коммуникативной сфере:***

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

***в эстетической сфере:***

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

***в бытовой, трудовой и досуговой сфере:***

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

***в сфере физической культуры и здорового образа жизни:***

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

10 класс

| <i>Личностные результаты</i>  | <i>Метапредметные результаты</i>   | <i>Предметные результаты</i>  |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li> <li>• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li> <li>• формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;</li> <li>• развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования</li> </ul> | <p>предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться, учащиеся приобретают:</p> <p><b>умения познавательные, интеллектуальные</b> (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>формулировать</i> личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);</li> <li>• <i>анализировать</i> причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; <i>обобщать и сравнивать</i> последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>• <i>выявлять причинно-следственные связи</i> опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</li> <li>• <i>генерировать идеи, моделировать</i> индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; <i>планировать</i> — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>• <i>выбирать</i> средства реализации</li> </ul> | <p><b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b></p> <p><b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b></p> <p><b>1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b></p> <p>Автономное пребывание человека в природной среде, подготовка к автономному существованию в природной среде. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования</p> <p>Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила дорожного движения: обязанности участников дорожного движения, дорожные знаки, ответственность за нарушение правил дорожного движения</p> <p>Правила поведения в ситуациях криминогенного характера</p> <p><b>1.2 Личная безопасность в условиях ЧС</b></p> <p>Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера</p> <p>ЧС техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера</p> <p><b>1.3 Современный комплекс проблем безопасности военного характера</b></p> <p>Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооруженных конфликтов</p> <p><b>Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера</b></p> <p><b>1.4 Нормативно правовая база и организационные основы по защите населения от ЧС природного и техногенного характера</b></p> |

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;</li> <li>• формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;</li> <li>• воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.</li> </ul> | <p>поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>находить, обобщать и интерпретировать информацию</i> с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;</li> <li>• <i>применять</i> теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;</li> </ul> <p><b>умения коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>взаимодействовать с окружающими</i>, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>• <i>выполнять</i> различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;</li> </ul> <p><b>умения регулятивные (организационные):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>саморегуляция и самоуправление</i> собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>• <i>владение навыками</i> учебно-</li> </ul> | <p>Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС</p> <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи</p> <p><b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b></p> <p><b>1.5 Терроризм и экстремизм – их причины и последствия</b></p> <p>Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния</p> <p>Экстремизм и экстремисткая деятельность. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремисткой деятельности</p> <p><b>1.6 Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом в РФ</b></p> <p>Положения Конституции РФ, Концепция противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремисткой деятельности»</p> <p>Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ</p> <p><b>1.7 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b></p> <p>Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности как условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления</p> <p><b>1.8 Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремисткой деятельности</b></p> <p>Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности</p> <p><b>1.9 Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта</b></p> <p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта</p> |
|--|--|--|

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>исследовательской и проектной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>владение навыками</i> познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;</li> <li>• <i>владение практическими навыками</i> первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.</li> </ul> <p><b>Предметные результаты</b> предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о</p> | <p><b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p> <p><b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b></p> <p><b>2.0 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b></p> <p>Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика</p> <p><b>2.1 Здоровый образ жизни и его составляющие</b></p> <p>Здоровый образ жизни и его составляющие</p> <p>Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека</p> <p>Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.</p> <p>Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности</p> <p><b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b></p> <p><b>Раздел 3. Основы обороны государства</b></p> <p><b>2.2 Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны</b></p> <p>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны</p> <p>Основные виды оружия и их поражающие факторы</p> <p>Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени</p> <p>Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени</p> <p>Средства индивидуальной защиты</p> <p>Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательной организации</p> <p><b>2.3 ВС РФ –защитники нашего отечества</b></p> <p>История создания Вооруженных Сил РФ</p> <p>Организационная структура Вооруженных сил России.</p> <p>Руководство и управление В.С. Р.Ф.</p> |
|--|---|--|

здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

***в ценностно-ориентационной сфере:***

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

***в коммуникативной сфере:***

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые

**2.4 Виды и рода войск Вооруженных сил Российской Федерации**

Виды Вооруженных сил, рода войск. История создания и предназначение

Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил  
Другие войска, их состав и предназначение

**2.5 Боевые традиции Вооруженных сил России**

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений  
Памяти поколений – дни воинской славы России.

***Раздел 7. Основы военной службы***

**2.6 Размещение и быт военнослужащих**

Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок

**2.7 Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда**

Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте  
Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.



действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

***в эстетической сфере:***

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

***в бытовой, трудовой и досуговой сфере:***

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

***в сфере физической культуры и здорового образа жизни:***

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;</li> <li>• умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.</li> </ul> |  |
|--|--|--|

**11 класс**

| <i><b>Личностные результаты</b></i>   | <i><b>Метапредметные результаты</b></i>  | <i><b>Предметные результаты</b></i>   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</li> <li>• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и</li> </ul> | <p>предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться, учащиеся приобретают:</p> <p><b>умения познавательные, интеллектуальные</b> (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);</li> <li>• анализировать причины возникновения</li> </ul> | <p><b>Модуль 1. Основы безопасности личности , общества и государства</b></p> <p><b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b></p> <p><b>1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b></p> <p>Пожарная безопасность, права и обязанности граждан. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях и на водоемах</p> <p><b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b></p> <p><b>1.2 Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b></p> |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;</li> <li>• развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;</li> <li>• воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;</li> <li>• формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;</li> <li>• воспитание ответственного отношения</li> </ul> | <p>опасных и чрезвычайных ситуаций; <i>обобщать и сравнивать</i> последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>выявлять причинно-следственные связи</i> опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</li> <li>• <i>генерировать идеи, моделировать</i> индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; <i>планировать</i> — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>• <i>выбирать</i> средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;</li> <li>• <i>находить, обобщать и интерпретировать информацию</i> с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;</li> <li>• <i>применять</i> теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;</li> </ul> <p><b>умения коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>взаимодействовать с окружающими</i>, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>• <i>выполнять</i> различные социальные роли в</li> </ul> | <p>Гражданская оборона в противодействии терроризму . Контртеррористическая операция и условия ее проведения. Применение и участие Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом внутри страны и за ее пределами.</p> <p><b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p> <p><b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b></p> <p><b>1.3 Нравственность и здоровье</b></p> <p>Личная гигиена. Нравственность и здоровый образ жизни (ЗОЖ).</p> <p>Инфекции передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ инфицировании и СПИДе. Меры профилактики.</p> <p>Семья в современном обществе. Законодательство и семья.</p> <p><b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b></p> <p><b>1.4 Первая помощь при неотложных состояниях</b> Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Остановке сердца</p> <p>Первая помощь при ранениях. Правила остановки артериального , венозного кровотечения</p> <p>Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, в области таза, при повреждении позвоночника, спины.</p> <p>Способы иммобилизации и переноски пострадавшего</p> <p>Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.</p> <p>Оказание первой помощи при поражении электрическим током</p> <p>Первая помощь при ожогах</p> <p><b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b></p> <p><b>Раздел 6. Основы обороны государства</b></p> <p><b>1.5 Вооруженные Силы России - основа обороны государства</b></p> <p>Основные задачи современных ВС. Международная деятельность ВС РФ</p> <p><b>1.6 Символы воинской чести</b></p> |
|--|---|--|

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.</p> | <p>обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;</p> <p><b>умения регулятивные (организационные):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>саморегуляция и самоуправление</i> собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>• <i>владение навыками</i> учебно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>• <i>владение навыками</i> познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;</li> <li>• <i>владение практическими навыками</i> первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.</li> </ul> <p><b>Предметные результаты</b> предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе</p> | <p>Боевое знамя воинской части –Символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - награда за заслуги в бою и военной службе</p> <p>Военная форма одежды. Знаки отличия.</p> <p><b>1.7 Воинская обязанность</b></p> <p>Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета</p> <p>Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. медицинское освидетельствования при постановке на воинский учет. Профессионально-психологический отбор</p> <p>Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе</p> <p>Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям. Подготовка по военно-учетным специальностям.</p> <p>Увольнение с военной службы и пребывание в запасе</p> <p><b>Раздел 7. Основы военной службы</b></p> <p><b>1.8 Особенности военной службы</b></p> <p>Правовые основы военной службы. Военные аспекты международного права</p> <p>Статус военнослужащего. Общевоинские уставы</p> <p>Устав внутренней, гарнизонной, комендантской, караульной службы и дисциплинарный устав ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.</p> <p><b>1.9 Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества</b></p> <p>Основные виды и особенности воинской деятельности</p> <p>Военнослужащий – специалист своего дела. Требования предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина</p> <p>Военнослужащий- патриот, подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров. Честь и достоинство военнослужащего ВС РФ.</p> <p><b>2.8 Организация караульной службы</b></p> <p>Организация караульной службы. Общие положения</p> <p>Часовой, его неприкосновенность. Обязанности часового</p> |
|--|--|--|

обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

***в ценностно-ориентационной сфере:***

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

***в коммуникативной сфере:***

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать

**2.2 Ритуалы ВС. РФ**

Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к воинской присяге

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъема и спуска государственного флага РФ

**2.3 Прохождение военной службы по призыву**

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы.

**2.4 Прохождение военной службы по контракту**

Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба

**Строевая подготовка**

Строй и управление ими Строевые приемы и движение без оружия. Современный бой.

Обязанности солдата в бою

окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;

- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

***в эстетической сфере:***

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

***в бытовой, трудовой и досуговой сфере:***

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

***в сфере физической культуры и здорового образа жизни:***

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | <p>деятельности, здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;</li><li>• соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;</li><li>• умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.</li></ul> |  |
|--|---|--|

## **Содержание курса. 10-11 классы.**

Программа определяет содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывают возможность освоения ими теоретической и практической деятельности, что является важнейшим компонентом развивающего обучения. Содержание представлено в девяти модулях.

Модуль «Основы комплексной безопасности» раскрывает вопросы, связанные с экологической безопасностью и охраной окружающей среды, безопасностью на транспорте, явными и скрытыми опасностями в современных молодежных хобби подростков.

Модуль «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» раскрывает вопросы, связанные с защитой населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Модуль «Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации» раскрывает вопросы, связанные с противодействием экстремизму, терроризму и наркотизму.

Модуль «Основы здорового образа жизни» раскрывает основы здорового образа жизни.

Модуль «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» раскрывает вопросы, связанные с оказанием первой помощи, санитарно-эпидемиологическим благополучием населения и профилактикой инфекционных заболеваний.

Модуль «Основы обороны государства» раскрывает вопросы, связанные с состоянием и тенденциями развития современного мира и России, а также факторы и источники угроз и основы обороны РФ.

Модуль «Правовые основы военной службы» включает вопросы обеспечения прав, определения и соблюдения обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

Модуль «Элементы начальной военной подготовки» раскрывает вопросы строевой, огневой, тактической подготовки.

Модуль «Военно-профессиональная деятельность» раскрывает вопросы военно-профессиональной деятельности гражданина.

При составлении рабочих программ в модулях и темах возможны дополнения с учетом местных условий и особенностей образовательной организации.

### **Базовый уровень**

#### **Основы комплексной безопасности**

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. Влияние экологической безопасности на национальную безопасность РФ. Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них. Неблагоприятные районы в месте проживания и факторы экориска. Средства индивидуальной защиты. Предназначение и использование экологических знаков.

Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств: мопедов, мотоциклов, легкового автомобиля). Предназначение и использование дорожных знаков.

Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

#### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных



ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Состояния, требующие проведения первой помощи, мероприятия и способы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.

Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и санитарного назначения.

### **Основы обороны государства**

Состояние и тенденции развития современного мира и России. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты. Факторы и источники угроз национальной и военной безопасности, оказывающие негативное влияние на национальные интересы России. Содержание и обеспечение национальной безопасности РФ. Военная политика Российской Федерации в современных условиях. Основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности. Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.

### **Правовые основы военной службы**

Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей военной службы. Альтернативная гражданская служба. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная

форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.

Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

#### **Военно-профессиональная деятельность**

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Тексты практических работ для каждого класса представлены в приложении Все вопросы тестовых заданий соответствуют материалу из учебника ОБЖ для 10-11 классов, авторы Смирнов А.Т. и Хренников Б.О. Также прилагаются таблица с ответами и критерии оценивания данных работ

**Тематическое планирование ОБЖ 10 класс**

| Раздел / основное содержание по темам   | Основные виды учебной деятельности учащихся  |
|---|--|
| <p><b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b><br/> <b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b><br/> <b>1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b><br/>                     Автономное пребывание человека в природной среде, подготовка к автономному существованию в природной среде. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования<br/>                     Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила дорожного движения: обязанности участников дорожного движения, дорожные знаки, ответственность за нарушение правил дорожного движения<br/>                     Правила поведения в ситуациях криминогенного характера<br/> <b>1.2 Личная безопасность в условиях ЧС</b><br/>                     Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера<br/>                     ЧС техногенного характера и возможные их последствия.<br/>                     Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера<br/> <b>1.3 Современный комплекс проблем безопасности военного характера</b><br/>                     Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооруженных конфликтов<br/> <b>Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера</b><br/> <b>1.4 Нормативно правовая база и организационные основы по защите населения от ЧС природного и техногенного характера</b><br/>                     Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС<br/>                     Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи<br/> <b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b><br/> <b>1.5 Терроризм и экстремизм –их причины и последствия</b><br/>                     Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую</p> | <p><i>Знать</i> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.<br/> <i>Уметь</i> называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях<br/>                     Знать и соблюдать ПДД<br/> <i>Знать</i> правила поведения в криминогенных ситуациях.<br/> <i>Уметь</i>: – объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;<br/>                     – использовать приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности<br/>                     Знать определение, причины и последствия ЧС природного характера, потенциальные опасности природного происхождения, характерные для региона;<br/>                     правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в ЧС<br/>                     Знать определение, причины и последствия ЧС техногенного характера, потенциальные опасности техногенного происхождения, характерные для региона проживания;<br/>                     правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в Чрезвычайных ситуациях техногенного характер<br/> <i>Знать</i> потенциальные опасности в военном конфликте<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для выживания в конфликтах военного характера<br/> <i>Знать</i> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи<br/> <i>Знать</i> предназначение, структуру и задачи РСЧС.<br/> <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи<br/> <i>Знать</i> и понимать что представляет собой Терроризм и</p> |

|  |   |
|--|---|
| <p>деятельность. Профилактика их влияния<br/> Экстремизм и экстремисткая деятельность. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремисткой деятельности</p> <p><b>1.6 Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом в РФ</b><br/> Положения Конституции РФ, Концепция противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремисткой деятельности»<br/> Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ</p> <p><b>1.7 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b><br/> Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности как условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления</p> <p><b>1.8 Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремисткой деятельности</b><br/> Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности</p> <p><b>1.9 Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта</b><br/> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта<br/> <i>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i><br/> <i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i></p> <p><b>2.0 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b><br/> Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика</p> <p><b>2.1 Здоровый образ жизни и его составляющие</b><br/> Здоровый образ жизни и его составляющие<br/> Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека<br/> Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.<br/> Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая</p> | <p>террористическая деятельность. Знать о мерах профилактики вовлечения подростков в террористическую деятельность<br/> <i>Знать</i> и понимать что представляет экстремизм и экстремисткая деятельность. Знать основные принципы и направления противодействия террористической и экстремисткой деятельности<br/> <i>Знать</i> положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремисткой деятельности»<br/> Знать о роли государства в обеспечении национальной безопасности РФ</p> <p>Формировать свои нравственные позиции и антитеррористическое поведение. Повышать свою культуру безопасности в формировании антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления<br/> Знать об ответственности за осуществление террористической деятельности<br/> Знать правила безопасного поведения при террористическом акте<br/> <i>Знать</i> основные принципы классификации инфекционных заболеваний.<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний<br/> <i>Знать</i> основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни<br/> <i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, факторах, способствующих укреплению здоровья.<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни<br/> <i>Знать</i> о вредных привычках–факторах, разрушающих здоровье<br/> <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни<br/> <i>Знать</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета<br/> <i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.<br/> <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения</p> |
|--|---|

|   |  |
|---|--|
| <p>подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности</p> <p><b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b></p> <p><b>Раздел 3. Основы обороны государства</b></p> <p><b>2.2 Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны</b></p> <p>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны</p> <p>Основные виды оружия и их поражающие факторы</p> <p>Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени</p> <p>Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени</p> <p>Средства индивидуальной защиты</p> <p>Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательной организации</p> <p><b>2.3 ВС РФ –защитники нашего отечества</b></p> <p>История создания Вооруженных Сил РФ</p> <p>Организационная структура Вооруженных сил России. Руководство и управление В.С. Р.Ф.</p> <p><b>2.4 Виды и рода войск Вооруженных сил Российской Федерации</b></p> <p>Виды Вооруженных сил, рода войск. История создания и предназначение</p> <p>Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил</p> <p>Другие войска, их состав и предназначение</p> <p><b>2.5 Боевые традиции Вооруженных сил России</b></p> <p>Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений</p> <p>Памяти поколений – дни воинской славы России.</p> <p><b>Раздел 7. Основы военной службы</b></p> <p><b>2.6 Размещение и быт военнослужащих</b></p> <p>Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок</p> <p><b>2.7 Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда</b></p> <p>Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного по роте.</p> | <p>личной безопасности</p> <p><i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности. <i>Иметь представление</i> о современных средствах поражения и их поражающих факторах.</p> <p><i>Уметь</i> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления</p> <p><i>Знать</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><i>Уметь</i> действовать в чрезвычайных ситуациях</p> <p><i>Знать</i> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– действовать в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– использовать средства коллективной защиты</li> </ul> <p><i>Знать</i> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики.</p> <p><i>Уметь</i> владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты</p> <p><i>Знать</i> об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС. об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности, действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем»</p> <p><i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России.</p> <p><i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе</p> <p><i>Иметь представление</i> об организационной структуре ВС РФ.</p> <p><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> <p><i>Знать</i> функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.</p> <p><i>Иметь представление</i> об управлении Вооруженными Силами; о</p> |
|---|--|

|  |   |
|--|---|
| <p>Обязанности дневального по роте<br/> Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.</p> | <p>реформе Вооруженных Сил.<br/> <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. <i>Знать</i> состав и предназначение ВС РФ.<br/> <i>Уметь</i> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе<br/> <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.<br/> <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<br/> <i>Знать</i> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти.<br/> <i>Уметь</i>:<br/> – отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;<br/> – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы<br/> Знать порядок размещения военнослужащих, распорядок дня военнослужащих и распределение времени<br/> Знать обязанности лиц суточного наряда, обязанности дежурного по роте, обязанности дневального по роте<br/> Знать назначение и боевые свойства АК-74. Знать правила стрельбы из АК-74<br/> Уметь разбирать и собирать АК-47</p> |
|--|---|

### Тематическое планирование ОБЖ 11 класс

| Раздел / основное содержание по темам   | Основные виды учебной деятельности учащихся   |
|---|---|
| <p><b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b><br/> <b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b><br/> <b>1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b><br/>                     Пожарная безопасность, права и обязанности граждан. Правила личной безопасности при пожаре.<br/>                     Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях и на водоемах<br/> <b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b><br/> <b>1.2 Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b><br/>                     Гражданская оборона в противодействии терроризму.<br/>                     Контртеррористическая операция и условия ее проведения.<br/>                     Применение и участие Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом внутри страны и за ее пределами.<br/> <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b><br/> <b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b><br/> <b>1.3 Нравственность и здоровье</b><br/>                     Личная гигиена. Нравственность и здоровый образ жизни (ЗОЖ).<br/>                     Инфекции передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ инфицировании и СПИДе. Меры профилактики.<br/>                     Семья в современном обществе. Законодательство и семья.<br/> <b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b><br/> <b>1.4 Первая помощь при неотложных состояниях</b> Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Остановке сердца<br/>                     Первая помощь при ранениях. Правила остановки артериального, венозного кровотечения<br/>                     Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего<br/>                     Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме</p> | <p>Знать правила и безопасный алгоритм действий при возникновении пожара<br/>                     Знать и уметь себя обезопасить себя от травм в быту.<br/>                     Знать правила безопасного нахождения на водоемах<br/>                     Знать состав и предназначение НАК.<br/>                     Знать когда и при каких случаях вводится правовой режим контртеррористической операции<br/>                     Знать как могут быть использованы ВС РФ против терроризма внутри страны и за ее пределами<br/>                     Знать об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП.<br/>                     Уметь использовать приобретённые знания для ведения здорового образа жизни<br/>                     Знать о путях заражения ВИЧ- инфекцией. Уметь использовать приобретённые знания для ведения здорового образа жизни<br/>                     Знать о профилактике СПИДа; об ответственности за заражение ВИЧ-инфекцией<br/>                     Знать об основах законодательства РФ о семье.<br/>                     Уметь использовать приобретённые знания для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи<br/>                     Знать правила оказания первой помощи при сердечной недостаточности и инсульте.<br/>                     Знать о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приёмах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца<br/>                     Владеть навыками проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца<br/>                     Владеть навыками первой помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте<br/>                     Знать виды ран и правила оказания первой помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки.<br/>                     Владеть навыками оказания первой помощи при кровотечениях<br/>                     Знать правила оказания первой помощи при травмах.</p> |

|   |   |
|---|---|
| <p>живота.<br/>Оказание первой помощи при поражении электрическим током<br/>Первая помощь при ожогах</p> <p><b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b><br/><b>Раздел 6. Основы обороны государства</b></p> <p><b>1.5 Вооруженные Силы России - основа обороны государства</b><br/>Основные задачи современных ВС. Международная деятельность ВС РФ</p> <p><b>1.6 Символы воинской чести</b><br/>Боевое знамя воинской части –Символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - награда за заслуги в бою и военной службе<br/>Военная форма одежды. Знаки отличия.</p> <p><b>1.7 Воинская обязанность</b><br/>Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета<br/>Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. медицинское освидетельствования при постановке на воинский учет. Профессионально-психологический отбор<br/>Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе<br/>Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям. Подготовка по военно-учетным специальностям.<br/>Увольнение с военной службы и пребывание в запасе</p> <p><b>Раздел 7. Основы военной службы</b></p> <p><b>1.8 Особенности военной службы</b><br/>Правовые основы военной службы. Военные аспекты международного права<br/>Статус военнослужащего. Общевоинские уставы<br/>Устав внутренней, гарнизонной, комендантской, караульной службы и дисциплинарный устав ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.</p> <p><b>1.9 Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества</b><br/>Основные виды и особенности воинской деятельности<br/>Военнослужащий – специалист своего дела. Требования предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина</p> | <p>Владеть навыками оказания первой помощи при травмах, растяжениях<br/>Знать правила оказания первой помощи при травмах.<br/>Владеть навыками оказания первой помощи при травмах<br/>Знать правила оказания первой помощи при поражении электрическим током<br/>Владеть навыками оказания первой помощи при травмах<br/>Знать правила оказания первой помощи при ожогах.<br/>Знать об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности.<br/>Уметь использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе<br/>Уметь использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы<br/>Уметь использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы<br/>Знать требования, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим профессиональным качествам гражданина<br/>Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы<br/>Знать об организации воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету, об организации медицинского освидетельствования и профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке на воинский учёт.<br/>Уметь использовать полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе<br/>Знать о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе.<br/>Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы<br/>Знать об основных видах военно-профессиональной деятельности человека и их особенностях в различных видах Вооружённых сил и родах войск<br/>Знать положения законодательства Российской Федерации об обороне</p> |
|---|---|



|  |   |
|--|---|
| <p>Военнослужащий- патриот, подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров. Честь и достоинство военнослужащего ВС РФ.</p> <p><b>2.8 Организация караульной службы</b><br/>Организация караульной службы. Общие положения Часовой, его неприкосновенность. Обязанности часового</p> <p><b>2.2 Ритуалы ВС. РФ</b><br/>Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к воинской присяге<br/>Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъема и спуска государственного флага РФ</p> <p><b>2.3 Прохождение военной службы по призыву</b><br/>Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы.</p> <p><b>2.4 Прохождение военной службы по контракту</b><br/>Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба</p> <p><b>Строевая подготовка</b><br/>Строй и управление ими Строевые приемы и движение без оружия. Современный бой.<br/>Обязанности солдата в бою</p> | <p>государства и воинской обязанности, военной службе граждан<br/>Знать о предназначении общевоинских уставов Вооружённых Сил<br/>Знать об общих, должных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооружённых сил Российской Федерации<br/>Знать предназначение караульной службы<br/>обязанности часового<br/>Знать порядок вручения Боевого знамени.<br/>Знать текст воинской присяги<br/>Знать о призыве на военную службу, времени и организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек<br/>Знать основные условия прохождения 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<br/>Знать и выполнять команды.<br/>Знать особенности современного боя и Обязанности солдата в бою<br/>Уметь ходить строевым шагом Знать строевые приемы<br/>Уметь выполнять строевые приемы без оружия</p> |
|--|---|