

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей№2»**

**г. Альметьевск Республики Татарстан**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Уровень образования: среднее общее образование**

**10-11 класс**

**Уровень изучения учебного предмета: базовый**

**Автор-разработчик программы: Самойлов Сергей Михайлович**

## **Планируемые результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности

семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметные результаты освоения базового уровня ОБЖ:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и

различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

### **Выпускник на базовом уровне научится:**

#### **Основы комплексной безопасности**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;

- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

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

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;

- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

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

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

- распознавать симптомы употребления наркотических средств;

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

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

- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

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

### **Основы здорового образа жизни**

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

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

- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

- описывать факторы здорового образа жизни;

- объяснять преимущества здорового образа жизни;

- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;

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

- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

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

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

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

- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;



- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

### **Основы обороны государства**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;

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

### **Правовые основы военной службы**

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

### **Элементы начальной военной подготовки**

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

- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять подготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;

- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

**Основы комплексной безопасности**

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

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

Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

**Основы обороны государства**

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

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

**Элементы начальной военной подготовки**

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

определять назначение, устройство частей и механизмов автомата

Калашникова;

выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;

выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;

выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;

описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;

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

Военно-профессиональная деятельность

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

## Содержание

### **Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».**

«Основы комплексной безопасности».

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Автономное пребывание человека в природной среде

Обеспечение личной безопасности на дорогах

Пожарная безопасность

Обеспечение личной безопасности на водоемах

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

ЧС природного и техногенного характера

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в ЧС природного и техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности военного характера

Военные угрозы национальной безопасности России

Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

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.

### **Модуль 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения в ЧС.

Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения населения в ЧС.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура.

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.

### **Модуль 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.

Терроризм и террористическая деятельность.

Экстремизм и экстремистская деятельность

Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.

Основные положения конституции РФ «О противодействии терроризму» О противодействии экстремисткой деятельности»

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремисткой деятельности и обеспечении национальной безопасности РФ

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Национальный антитеррористический комитет (НАК)

Контртеррористическая операция и условия ее проведения

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму

Участие ВС РФ в борьбе с терроризмом.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

Уголовный кодекс РФ об ответственности за участие в террористической деятельности.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта

Правила оказания само - и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму 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.

#### **Модуль 4. Основы здорового образа жизни.**

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

Репродуктивное здоровье. Беременность и гигиена беременности. Уход за

младенцем. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.

Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

Вредные привычки и их социальные последствия

Правила личной гигиены.

#### **Модуль 5. 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 медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.



Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Правила оказания первой помощи.

Вредные привычки и их социальные последствия

Правила личной гигиены

Нравственность и здоровье

Профилактика инфекционных заболеваний.

Формирование правильного взаимоотношения полов

Семья и ее значение в жизни человека

Инфекции передаваемые половым путем (ИППП)

ВИЧ- инфекции и СПИД

Семья в современном обществе

Первая помощь при неотложных состояниях

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения

Первая помощь при ранениях

Основные правила оказания первой помощи

Правила остановки артериального кровотечения

Способы иммобилизации и переноски раненых

Первая помощь при травмах

Первая помощь при остановке сердца

**Модуль 6. Основы обороны государства.**

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.

Обеспечение военной безопасности государства

Гражданская оборона- составляющая часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона как составляющая обороны государства

Основные виды оружия и их поражающие свойства

Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени

Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени

Средства индивидуальной защиты

Организация проведения аварийно – спасательных работ и других неотложных

работ в зоне ЧС

Организация ГО в общеобразовательной организации, ее предназначение и

задачи

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания ВС РФ

Памяти поколений – дни воинской славы России. Дни славных побед.

Состав ВС РФ и управление ВС РФ

Виды и рода войск ВС РФ.

Сухопутные войска (СВ)

Воздушно-космические силы (ВКС)

Военно-морской флот (ВМФ)

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН)

Воздушно- десантные войска (ВДВ)

Силы специальных операций (ССО)

Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ

Боевые традиции ВС России.

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества

Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений

ВС РФ –основа обороны государства.

Основные задачи ВС России

Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ

Символы воинской чести.

Боевое знамя части – официальная и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая ее честь, доблесть, славу и боевые традиции.

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

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение

**Модуль 7.Правовые основы военной службы.**

Воинская обязанность.

Основные понятия о воинской обязанности.

Воинский учет. Организация воинского учета

Первоначальная постановка граждан на воинский учет

Обязательная подготовка граждан к воинской службе

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих

Подготовка граждан по военно - учетным специальностям

Добровольная подготовка граждан к военной службе

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет

Профессионально-психологический отбор

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

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.

### **Модуль 8. Элементы начальной военной подготовки.**

Основы военной службы. 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.

Размещение и быт военнослужащих

Размещение военнослужащих

Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте

Организация караульной службы

Организация караульной службы. Общие положения

Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового

Строевая подготовка

Строй и управление ими

Строй отделения

Огневая подготовка

Назначение и боевые свойства АК

Порядок неполной разборки и сборки АК

Приемы и правила стрельбы из АК

Тактическая подготовка

Современный бой

Обязанности солдата в бою.

## **Модуль 9. Военно-профессиональная деятельность**

### Военно-профессиональная деятельность

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Как стать офицером? 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.

Особенности военной службы

Правовые основы военной службы

Уставы ВС РФ

Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества

Основные виды воинской деятельности

Военнослужащий-патриот

Военнослужащий защитник.

Военнослужащий – специалист своего дела

Основные обязанности военнослужащего

Ритуалы ВС РФ

Порядок вручения Боевого знамени воинской части

Порядок приведения к Военной присяге

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия

Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ

Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу

Порядок прохождения военной службы

Размещение и быт военнослужащих

Прохождение военной службы по контракту

Особенности военной службы по контракту

Альтернативная гражданская служба.

Профессия офицера – Родину защищать.

Учебно-тематический план  
предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс

| № модуля, раздела, темы | наименование модулей, разделов, тем  | Количество часов     |
|-------------------------|--|----------------------|
| <b>М – 1</b>            | <b>Основы комплексной безопасности</b><br>Основы безопасности личности, общества и государства   | <b>8</b><br><b>6</b> |
| 1.                      | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и в условиях автономного существования.   | 3                    |
| 2.                      | Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций   | 2                    |
| 3.                      | Современный комплекс проблем безопасности военного характера   | 1                    |
| <b>М - 2</b>            | <b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>  | <b>2</b>             |
| 1.                      | Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Действия населения в ЧС. | 2                    |
| <b>М - 3</b>            | <b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>  | <b>1</b>             |
| 1.                      | Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства   | 1                    |
| <b>М - 4-5</b>          | <b>Основы здорового образа жизни и основы медицинских знаний.</b>  | <b>3</b>             |
| 1.                      | Основы здорового образа жизни  | 1                    |
| 2.                      | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.   | 1                    |
| 3.                      | Здоровый образ жизни и его составляющие  | 1                    |
| <b>М – 6</b>            | <b>Основы обороны государства</b>  | <b>22</b>            |
| 1.                      | Обеспечение военной безопасности государства   | 1                    |
| <b>М – 7</b>            | <b>Правовые основы военной службы</b>  |                      |
| 1.                      | Основы обороны государства   | <b>14</b>            |
| 2.                      | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны  | 4                    |
| 3.                      | Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества.   | 5                    |
| 4.                      | Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации   | 5                    |
| <b>М - 8</b>            | <b>Элементы начальной военной подготовки</b><br>Основы военной службы  | <b>8</b>             |
| 1.                      | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда   | 1                    |
| 2.                      | Организация караульной службы  | 1                    |
| 3.                      | Строевая подготовка  | 1                    |
| 4.                      | Огневая подготовка   | 3                    |
| <b>М - 9</b>            | <b>Военно-профессиональная деятельность.</b><br>Тактическая подготовка. Как стать офицером?  | <b>1</b>             |
| <b>Итого</b>            |  | <b>35</b>            |

Учебно-тематический план  
предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 11 класс

| № модуля, раздела, темы | наименование модулей, разделов, тем  | Количество часов |
|-------------------------|--|------------------|
| <b>М - 1</b>            | <b>Основы комплексной безопасности</b><br>Основы безопасности личности, общества и государства                             | <b>3</b>         |
| <b>М – 2-3</b>          | <b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</b> Основы противодействия экстремизму, терроризму, наркотизму.   | <b>3</b>         |
| <b>М – 4 – 5</b>        | <b>Основы здорового образа жизни и медицинских знаний</b>  | <b>10</b>        |
| 1.                      | Основы здорового образа жизни.   | 1                |
| 2.                      | Основы медицинских знаний и оказание первой помощи   | 4                |
| 3.                      | Первая помощь при неотложных состояниях.   | 5                |
| <b>М - 6</b>            | <b>Основы обороны государства</b><br>Обеспечение военной безопасности государства  | <b>10</b>        |
| 1.                      | Основы обороны государства   | 5                |
| 2.                      | Символы воинской чести   | 5                |
| <b>М - 7</b>            | <b>Правовые основы военной службы</b><br>Воинская обязанность  | <b>4</b>         |
| 1.                      | Основы военной службы  | 1                |
| 2.                      | Особенности военной службы   | 3                |
| <b>М - 8</b>            | <b>Элементы начальной военной подготовки.</b><br>Основы военной службы.<br>Военнослужащий - вооруженный защитник Отечества | <b>2</b>         |
| 1.                      | Ритуалы Вооружённых сил РФ   | 1                |
| <b>М - 9</b>            | <b>Военно-профессиональная деятельность.</b><br>Прохождение военной службы по призыву                                      | <b>2</b>         |
| 1.                      | Прохождение военной службы по контракту  | 1                |
| 2.                      | Как стать офицером?  | 1                |
| <b>Итого</b>            |  | <b>34</b>        |

**Основные виды учебной деятельности обучающихся:**

I – виды деятельности со словесной (знаковой) основой:

1. Слушание объяснений учителя;
2. Слушание и анализ выступлений своих товарищей;
3. Самостоятельная работа с учебником;
4. Работа с научно-популярной литературой;
5. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам;
6. Написание рефератов и докладов;
7. Решение текстовых количественных и качественных задач

II – виды деятельности на основе восприятия элементов действительности:

1. Наблюдение за демонстрациями учителя;
  2. Просмотр учебных фильмов;
  3. Анализ графиков, таблиц, схем;
  5. Объяснение наблюдаемых явлений;
  6. Изучение устройства приборов по моделям и чертежам;
  7. Анализ проблемных ситуаций.
- III – виды деятельности с практической (опытной) основой:
1. Работа с раздаточным материалом;
  2. Измерение величин;
  3. Выполнение работ практикума;
  4. Сборка приборов из готовых деталей и конструкций.
  5. Выявление и устранение неисправностей в приборах.

В конце учебного года 10 классах для юношей проводятся 5 дневные учебно-полевые сборы в объеме 35 часов.

Тексты контрольных 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.

Количество часов по учебному плану:

10 класс: 35 ч/год, 1 ч/неделю

11 класс: 34 ч/год, 1 ч/неделю

### **Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий учебную программу:**

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А.Т., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности.

Методические материалы и документы книга для учителя: М. Просвещение» 2001 г

3. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов и др.– М.: Дрофа, 2002 – 320с.: ил. (основной учебник)

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

8. 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений Смирнов А.Т., Хренников Б.О

9. 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.

10. Основы безопасности жизнедеятельности: программы общеобразовательных учреждений, 1-11 классы/под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

11. Федеральные законы Российской Федерации «О Гражданской обороне», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона РФ» «Об образовании», « О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с сокращением срока военной службы по призыву » // Собрание законодательства РФ: официальное издание. – М., 1998-2007.

12. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 кл.: пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ. Общеобразовательных учреждений/А.Т. Смирнов, М.В. Маслов; под общ.ред. А.Т. Смирнова.- М.: Просвещение , 2002

13. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад. наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение» 2012 г.

14. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад. наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение» 2012 г.

15. Основы безопасности жизнедеятельности. Планируемые результаты. Система знаний. 5-9 , 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов; под редакцией Г.С.Ковалёвой, О.Б.Логиновой. – М. : Просвещение, 2013. – (Работаем по новым стандартам)

16. Методика обучения ОБЖ. Пособие для учителя. Л.В. Байбородова Ю.В.Индюков Москва «Владос» 2004.

17. Методика проведения соревнований по программе спартакиады допризывной молодёжи Профилактика Детского дорожно-транспортного травматизма/ В.В.Шумилова, Е.Ф. Таркова, Волгоград Издательство «Учитель» 2007.

18. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, ОБЖ 10. – М.: Просвещение, 2016.



19. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, ОБЖ 11. – М.: Просвещение, 2010.
20. Авторская программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009



Пролшнуровано, пропугмеровано  
и скреплено печатью  
Директор МАОУ «Лицей №2»  
Г. З. Сафина



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
*Сул* З. Я. Сулейманова

« » 20

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей *З. Я. Сулейманова* «ОБШ»  
МАОУ «Лицей №2» г. Альметьевска  
от «28» 08 2020 № 1