

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЖАЛКИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2»  
(МБОУ «Джалкинская сш №2»)**

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

(протокол № 1 от «30» августа 2023г.)

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_ / Н.Х.Юнусов /

# **Рабочая программа**

базового уровня по ОБЖ для 8-11 класса  
с использованием оборудования «Точка роста»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, стандарта основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности; программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» комплексная программа 5 - 11 классы. Основная школа, средняя школа. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. Москва «Просвещение» 2016г.

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю за счет времени федерального компонента, 34 часа в год.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьный учебник для 8-11 классов «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2016 г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

Содержание программы направлено на освоение обучающимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные стандартом основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций с помощью оборудования и методических пособий по ОБЖ имеющихся в «Точке Роста»

Августовской школы. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются: - использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

-выделение характерных причинно-следственных связей;

-творческое решение учебных и практических задач;

-сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;

-самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

-использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

-самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;

использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;

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

### **Цели курса «основы безопасности жизнедеятельности»**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

## **СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА 8 класс**

(34 ч)

Раздел I. Основы комплексной безопасности

### **1. Пожарная безопасность**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

### **2. Безопасность на дорогах**

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

### **3. Безопасность на водоемах**

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

### **4. Экология и безопасность**

Загрязнение окружающей природной среды. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Раздел II. Защита населения РФ от ЧС

## 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения. Потенциально опасные объекты экономики. Аварии на радиационно опасных, химически опасных и пожаровзрывоопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидротехнических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

6. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера  
Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных и химически опасных объектах.

Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

## 7. Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и безопасность — основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.

## 8. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах и утоплении. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком

### ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8 класса

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 8 классах ученик должен знать:

потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

♦ основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

♦ законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом;

♦ наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

♦ основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;

♦ правила поведения при угрозе террористического акта;

♦ государственную политику противодействия наркотизму;

♦ основные меры по профилактике наркомании.

Ученик должен уметь:

♦ предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;

♦ принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;

♦ действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;

- ◆ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- ◆ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, обучающиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ◆ обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- ◆ активного отдыха в природных условиях;
- ◆ оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- ◆ соблюдения норм здорового образа жизни.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества. Основными целями изучения курса ОБЖ являются:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать ПМП пострадавшим.

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 класс**

| № урока | Тема урока  | Кол-во часов на тему | Дата |      |
|---------|---|----------------------|------|------|
|         |   |                      | план | факт |
| 1       | ТБ на уроках ОБЖ. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия.  | 1                    | 1/1  |      |
| 2       | Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения  | 1                    | 2/1  |      |
| 3       | Права. Обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре. | 1                    | 3/1  |      |
| 4       | Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизм людей.   | 1                    | 4/1  |      |
| 5       | Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров.   | 1                    | 5/1  |      |
| 6       | Велосипедист-водитель транспортного средства.   | 1                    | 6/1  |      |
| 7       | Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.  | 1                    | 7/1  |      |
| 8       | Безопасный отдых у воды.  | 1                    | 8/1  |      |
| 9       | Оказание помощи терпящим бедствие на воде.  | 1                    | 1/2  |      |
| 10      | Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.   | 1                    | 2/2  |      |
| 11      | Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.   | 1                    | 3/2  |      |
| 12      | Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера  | 1                    | 4/2  |      |
| 13      | Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия.  | 1                    | 5/2  |      |
| 14      | Обеспечение радиационной безопасности населения   | 1                    | 6/2  |      |
| 15      | Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия   | 1                    | 7/2  |      |
| 16      | Обеспечение химической защиты населения   | 1                    | 8/2  |      |
| 17      | Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.  | 1                    | 1/3  |      |
| 18      | Обеспечение защиты населения от последствий взрывопожароопасных объектах.   | 1                    | 2/3  |      |
| 19      | Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.  | 1                    | 3/3  |      |
| 20      | Обеспечение защиты населения от аварий на гидротехнических сооружениях  | 1                    | 4/3  |      |
| 21      | Оповещение о ЧС техногенного характера.   | 1                    | 5/3  |      |
| 22      | Эвакуация населения   | 1                    | 6/3  |      |
| 23      | Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.  | 1                    | 7/3  |      |
| 24      | Общие понятия о здоровье как основной ценности человека.  | 1                    | 8/3  |      |
| 25      | Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность.  | 1                    | 9/3  |      |
| 26      | Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества.   | 1                    | 10/3 |      |
| 27      | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.                        | 1                    | 1/4  |      |
| 28      | Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний   | 1                    | 2/4  |      |
| 29      | Вредные привычки и их влияние на здоровье   | 1                    | 3/4  |      |
| 30      | Профилактика вредных привычек   | 1                    | 4/4  |      |
| 31      | Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности   | 1                    | 5/4  |      |
| 32      | Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение (практическое занятие)   | 1                    | 6/4  |      |
| 33      | Первая медицинская помощь при отравлении АХОВ (практическое занятие)  | 1                    | 7/4  |      |
| 34      | Первая медицинская помощь при травмах (практическое занятие)  | 1                    | 8/4  |      |



## СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА 9 класс

### Раздел I.

#### ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА (23 часа)

##### Тема 1. Национальная безопасность России в мировом сообществе. (4 часа)

Россия в мировом сообществе. Страны и организации в современном мире, с которыми Россия успешно сотрудничает. Значение для России сотрудничества со странами СНГ. Роль молодого поколения России в развитии нашей страны. Национальные интересы России в современном мире и их содержание. Степень влияния каждого человека на национальную безопасность России. Значение формирования общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения национальной безопасности России.

##### Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера как угроза национальной безопасности России. (3 часа)

Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения. Классификация чрезвычайных ситуаций, основные причины увеличения их числа. Масштабы и последствия чрезвычайных ситуаций для жизнедеятельности человека.

Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия.

##### Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера. (2 часа)

Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Роль Вооруженных Сил России в обеспечении национальной безопасности страны.

Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.

Наркобизнес как разновидность проявления международного терроризма.

##### Тема 4. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. (3 часа)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РЧС). Основные задачи, решаемые РЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности обороноспособности страны. Основные факторы, определяющие развитие гражданской обороны в настоящее время. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России в формировании культуры в области безопасности жизнедеятельности населения страны.

##### Тема 5. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. (5 часов)

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Основное предназначение проведения мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций.

Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Централизованная система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях, единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона 01. Создание локальных и автоматизированных систем оповещения. Эвакуация населения. Классификация мероприятий по эвакуации населения из зон чрезвычайных ситуаций. Экстренная эвакуация; рассредоточение персонала объектов экономики из категорированных городов. Заблаговременные мероприятия, проводимые человеком при подготовке к эвакуации.



Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Тема 6. Основы государственной политики по организации борьбы с терроризмом и наркобизнесом. (6 часов)

Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.

Подразделение терроризма по видам в зависимости от целей, которые преследуют преступники. Международный терроризм и его основные особенности.

Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Основные органы федеральной исполнительной власти, непосредственно осуществляющие борьбу с терроризмом. Основные задачи гражданской обороны по защите населения от террористических актов.

Система борьбы с терроризмом. Существующие в мировой практике формы борьбы с терроризмом. Организация информирования населения о террористической акции. Уголовная ответственность, предусмотренная за участие в террористической деятельности.

Правила поведения при угрозе террористического акта.

Государственная политика противодействия распространению наркомании. Основные меры, принимаемые в России для борьбы с наркоманией. Наказания, предусмотренные Уголовным кодексом РФ, за сбыт наркотических средств и за склонение к потреблению наркотических средств.

Профилактика наркомании.

## Раздел II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Тема 7. Основы здорового образа жизни. (3 часа)

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность. Определение, данное здоровью в Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Основные факторы, оказывающие существенное влияние на здоровье человека. Взаимосвязь, существующая между духовной, физической и социальной составляющими здоровья человека.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Роль здорового образа жизни в формировании у человека общей культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.

Тема 8. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. (3 часа)

Ранние половые связи и их последствия.

Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

Тема 9. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья. (3 часа)

Брак и семья. Роль семьи в воспроизводстве населения страны. Основные функции семьи.

Влияние культуры общения мужчины и женщины на создание благополучной семьи. Семья и здоровый образ жизни человека. Роль семьи в формировании здорового образа жизни.

Основные положения Семейного кодекса РФ.

Тема 10. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи. (2 часа)

Первая медицинская помощь при массовых поражениях.

Первая медицинская помощь при передозировке психоактивных веществ.

### ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9 класс

Знать/понимать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе;
- о здоровом образе жизни;

- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах;
- правила поведения населения при авариях;
- классификация АХОВ по характеру воздействия на человека;
- организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах.

Уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, обучающиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс**

| № урока | Тема урока   | Кол-во часов на тему | Дата |
|---------|--|----------------------|------|
| 1.      | Россия в мировом сообществе.   | 1                    | 1/1  |
| 2.      | Национальные интересы России в современном мире.   | 1                    | 2/1  |
| 3.      | Основные угрозы национальным интересам и безопасности России.                                | 1                    | 3/1  |
| 4.      | Формирование общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.              | 1                    | 4/1  |
| 5.      | Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения, их классификация.              | 1                    | 5/1  |
| 6.      | Ч.С. природного характера, их причины и последствия.   | 1                    | 6/1  |
| 7.      | Ч.С. техногенного характера их причина и последствия   | 1                    | 7/1  |
| 8.      | Военные угрозы национальной безопасности России.   | 1                    | 8/1  |
| 9.      | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)                         | 1                    | 1/2  |
| 10.     | Г О как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны.               | 1                    | 2/2  |
| 11.     | МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС      | 1                    | 3/2  |
| 12.     | Мониторинг и прогнозирование ЧС.   | 1                    | 4/2  |
| 13.     | Инженерная защита населения и территорий от ЧС   | 1                    | 5/2  |
| 14.     | Оповещение населения о ЧС  | 1                    | 6/2  |
| 15.     | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения                          | 1                    | 7/2  |
| 16.     | Международный терроризм- угроза национальной безопасности России.                            | 1                    | 8/2  |
| 17.     | Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления | 1                    | 1/3  |
| 18.     | Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом.              | 1                    | 2/3  |
| 19.     | Общегосударственное противодействие терроризму   | 1                    | 3/3  |
| 20.     | Нормативно-правовая база противодействия наркотизму  |                      | 4/3  |
| 21.     | Организационные основы противодействия терроризму в РФ                                       | 1                    | 5/3  |
| 22.     | Организационные основы противодействия наркотизму в РФ                                       | 1                    | 6/3  |
| 23.     | Правила поведения при угрозе террористического акта  |                      | 7/3  |
| 24.     | Профилактика наркомании.   | 1                    | 8/3  |
| 25.     | Здоровье человека как индивидуальная так и общественная ценность                             | 1                    | 9/3  |
| 26.     | Здоровый образ жизни и его составляющие.   | 1                    | 10/3 |
| 27.     | Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России                         | 1                    | 1/4  |
| 28.     | Ранние половые связи и их последствия.   | 1                    | 2/4  |
| 29.     | Инфекции, передаваемые половым путем.  | 1                    | 3/4  |
| 30.     | Понятие о ВИЧ- инфекции и СПИДе  | 1                    | 4/4  |
| 31.     | Брак и семья   | 1                    | 5/4  |
| 32.     | Семья и здоровый образ жизни человека  | 1                    | 6/4  |
| 33.     | Основы семейного права в Российской Федерации.   | 1                    | 7/4  |
| 34.     | Первая медицинская помощь при массовых поражениях  | 1                    | 8/4  |

## Содержание тем учебного курса 10 класс

### 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (13 ч)

*1.1. Автономное пребывание человека в природной среде* Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

#### *1.2. Обеспечение личной безопасности на дорогах*

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

#### *1.3. Пожарная безопасность*

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

Правила личной безопасности при пожаре Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

#### *1.4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях*

Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте.

Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

#### *1.5. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта*

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

#### *1.6. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности*

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

*1.7 Чрезвычайные ситуации природного характера* Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

#### *1.8. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера*

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

#### *1.9 Чрезвычайные ситуации техногенного характера*

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

#### *1.10. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера*

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

### 2 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.(7 ч)

#### *2.1. Военные угрозы национальной безопасности России*

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.

*2.2. Характер современных войн и вооруженных конфликтов* Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война

#### *2.3. Международный терроризм – угроза национальной безопасности России*

Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление.

#### *2.4. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления*

Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели.

Основные черты, которые характеризуют современный терроризм.

#### *2.5. Наркотизм и национальная безопасность России*

Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли. Основные составляющие наркотизма.

### 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (10 ч)

*3.1 Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности* Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

#### *3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика*

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

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

### 4. Основы здорового образа жизни. (7 ч)

#### *4.1. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека.*

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

#### *4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека*

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

#### *4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека*

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

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

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании

### 5. Основы военной службы. (12 ч)

#### *5.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации*

Организация вооруженных сил Московского государства ВХГУ—ХУвв.  
Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра Г, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XVIII в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

5.2. *Память поколений – дни воинской славы России*

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

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

5.3. *Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации*

Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

## 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.(3 ч)

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

Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. *Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений*

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

## 7. Символы воинской чести. (3 ч)

7.1 Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы

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

7.3 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

## Требования к уровню подготовки обучающихся

**Выпускники должны** знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы (по призыву и по контракту) и альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые к уровню подготовленности призывников;
- основные виды воинской деятельности;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, порядок его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих;

уметь:

- применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;

выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;

вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;

формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования.

**Календарно-тематическое планирование курса ОБЖ  
10 класс**

| № п/п | Наименование разделов и тем урока  | Количество часов | Элементы содержания   | Плановые сроки прохождения | Скорректированные сроки прохождения |
|-------|--|------------------|---|----------------------------|-------------------------------------|
| 1     | Техника безопасности на уроках ОБЖ. История создания Вооруженных Сил России<br>Родина и ее национальная безопасность | 1                | С чего начинается Родина. Армия в нашем Отечестве. Конституция РФ и Федеральный закон имеют верховенство на территории нашего государства.  | 1/1                        |                                     |
| 2     | Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования в природе  | 1                | Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня                    | 2/1                        |                                     |
| 3     | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера   | 1                | Возможные ситуации при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и т. д.  | 3/1                        |                                     |
| 4     | Уголовная ответственность несовершеннолетних   | 1                | Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная  | 4/1                        |                                     |
| 5     | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера                  | 1                | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника | 5/1                        |                                     |
| 6     | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи              | 1                | РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций   | 6/1                        |                                     |
| 7     | Законы и другие нормативно-  | 1                | Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и   | 7/1                        |                                     |

|    |  |   |   |     |  |
|----|--|---|---|-----|--|
|    | правовые акты РФ по обеспечению безопасности   |   | свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»),  |     |  |
| 8  | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны                              | 1 | Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной   | 8/1 |  |
| 9  | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения                       | 1 | Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения | 1/2 |  |
| 10 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного | 1 | Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях  | 2/2 |  |
| 11 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени                 | 1 | защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях  | 3/2 |  |
| 12 | Средства индивидуальной защиты   | 1 | Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики   | 4/2 |  |
| 13 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций                              | 1 | Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения   | 5/2 |  |
| 14 | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении   | 1 | Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Отработка правил поведения в случае получения сигнала о ЧС. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых   | 6/2 |  |
| 15 | Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши   | 1 | Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе  | 7/2 |  |

|    |  |   |   |     |  |
|----|--|---|---|-----|--|
|    | допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности                 |   | жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья - социальная потребность общества   |     |  |
| 16 | Основные инфекционные заболевания, их профилактика                             | 1 | Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний   | 8/2 |  |
| 17 | Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания.                     | 1 | Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья  | 1/3 |  |
| 18 | Основные составляющие здорового образа жизни                                   | 1 | Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств  | 2/3 |  |
| 19 | Биологические ритмы  | 1 | Основные понятия о биологических ритмах организм  | 3/3 |  |
| 20 | Влияние биологических ритмов на работоспособность человека                     | 1 | Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности   | 4/3 |  |
|    | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека | 1 | Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья  | 5/3 |  |
| 22 | Вредные привычки, их влияние на здоровье                                       | 1 | Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье | 6/3 |  |
| 23 | Профилактика вредных привычек  | 1 | Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту   | 7/3 |  |
| 24 | История создания Вооруженных Сил России  | 1 | Конституция РФ и Федеральный закон имеют верховенство на территории нашего государства.   | 8/3 |  |
| 25 | Организационная структура Вооруженных Сил России                               | 1 | Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода   | 9/3 |  |



|    |   |   |   |      |  |
|----|---|---|---|------|--|
|    |   |   | войск.<br>Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.<br>Сухопутные войска, история создания, предназначение. Рода войск, входящие в Сухопутные войска  |      |  |
| 26 | Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение  | 1 | Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии   | 10/3 |  |
| 27 | Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил | 1 | Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны.<br>Руководство и управление Вооруженными Силами.<br>Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание   | 1/4  |  |
| 28 | Другие войска, их состав и предназначение   | 1 | Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение  | 2/4  |  |
| 29 | Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества  | 1 | Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего-защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг | 3/4  |  |
| 30 | Памяти поколений - дни воинской славы России.   | 1 | Дни воинской славы - Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.<br>Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России   | 4/4  |  |
| 31 | Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений  | 1 | Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота   | 5/4  |  |

|        |  |    |  |     |  |
|--------|--|----|--|-----|--|
| 32     | Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы          | 1  | Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части.<br>Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания | 6/4 |  |
| 33     | Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе | 1  | История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации  | 7/4 |  |
| 34     | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации                                   | 1  | Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку             | 8/4 |  |
| Итого: |  | 34 |  |     |  |

## СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА 11 класс

### Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 1.

#### Основы здорового образа жизни

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

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

*1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов* Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

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

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

##### *1.4. СПИД и его профилактика*

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.

СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

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

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака.

Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

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

##### *2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)*

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

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

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

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

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

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

##### *Первая медицинская помощь при остановке сердца*

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

### Раздел II. Основы военной службы

#### 3. Военская обязанность

##### *3.1. Основные понятия о воинской обязанности*

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

##### *3.2. Организация воинского учета и его предназначение*

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

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

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

*Добровольная подготовка граждан к военной службе*

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

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

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

*3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе*

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

4. Особенности военной службы

*4.1. Правовые основы военной службы*

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

*4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской жизни*

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

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

*4.3. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России*

Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

*4.4. Прохождение военной службы по призыву*

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва.

Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

Время военной службы, организация проходов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

Военная форма одежды.

*Прохождение военной службы по контракту*

Основные условия прохождения военной службы по контракту

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

#### 4.6. *Права и ответственность военнослужащих*

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

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

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

#### 4.7. *Альтернативная гражданская служба*

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

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

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативное гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил

#### 5.1. *Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества*

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

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

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

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

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе.

Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

#### 5.4. *Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников*

Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно

поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

#### 5.5. Как стать офицером Российской армии

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

#### 5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации

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

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

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 11 класса**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен знать:

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

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;

- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11класс

| № п/п | Тема урока  | Кол-ва часов | Дата провед |
|-------|---|--------------|-------------|
|       | Р-1   | 11           |             |
|       | Тема 1  | 7            |             |
| 1.    | Правила личной гигиены и здоровья   | 1            | 1/1         |
| 2.    | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов | 1            | 2/1         |
| 3.    | Болезни передаваемые половым путем. Меры профилактики                     | 1            | 3/1         |
| 4.    | СПИД  | 1            | 4/1         |
| 5.    | Профилактика СПИДа  | 1            | 5/1         |
| 6.    | Профилактика СПИДа  | 1            | 6/1         |
| 7.    | Семья в современном обществе. Законодательство о семье                    | 1            | 7/1         |
|       | Тема 2  | 4            |             |
| 8.    | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте | 1            | 8/1         |
| 9.    | Первая медицинская помощь при ранениях                                    | 1            | 1/2         |
| 10.   | Первая медицинская помощь при травмах                                     | 1            | 2/2         |
| 11.   | Первая медицинская помощь при остановке сердца                            | 1            | 3/2         |
|       | Р-II  | 23           |             |
|       | Тема 3  |              |             |
| 12.   | Основные понятия о воинской обязанности                                   | 1            | 4/2         |
| 13.   | Организация воинского учета и его предназначение                          | 1            | 5/2         |
| 14.   | Организация воинского учета и его предназначение                          | 1            | 6/2         |
| 15.   | Обязательная подготовка граждан к военной службе                          | 1            | 7/2         |
| 16.   | Обязательная подготовка граждан к военной службе                          | 1            | 8/2         |



|     |  |    |      |
|-----|--|----|------|
| 17. | Добровольная подготовка граждан к военной службе   | 1  | 1/3  |
| 18. | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет   | 1  | 2/3  |
| 19. | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе  | 1  | 3/3  |
|     | Тема 4   |    |      |
| 20. | Правовые основы военной службы   | 1  | 4/3  |
| 21. | Общевойские уставы Вооружённых сил- законов воинской жизни   | 1  | 5/3  |
| 22. | Военная присяга- клятва воина на верность Родине, России   | 1  | 6/3  |
| 23. | Прохождение военной службы по призыву  | 1  | 7/3  |
| 24. | Прохождение военной службы по призыву  | 1  | 8/3  |
| 25. | Прохождения военной службы по контракту  | 1  | 9/3  |
| 26. | Права и ответственность военнослужащих   | 1  | 10/3 |
| 27. | Альтернативная гражданская служба  | 1  | 1/4  |
|     | Тема 5   |    |      |
| 28. | Военнослужащий- патриот, с честью и достоинством несут звание защитника Отечества  | 1  | 2/4  |
| 29. | Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой   | 1  | 3/4  |
| 30. | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально - психологическим и профессиональным качествам гражданина                                 | 1  | 4/4  |
| 31. | Военнослужащий- подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников | 1  | 5/4  |
|     | Тема 6   |    |      |
| 32. | Как стать офицером Российской армии?   | 1  | 6/4  |
| 33. | Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ  | 1  | 7/4  |
| 34. | Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ  | 1  | 8/4  |
|     | Всего часат  | 34 |      |

КРИТЕРИИ ОТМЕТОК 8-11 класс

Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос (собеседование) и периодически - письменный (самостоятельные работы или контрольное тестирование).

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. О  
Оценку «5» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 - 100% от максимально возможного количества баллов.
2. Оценку «4» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает обучающийся, набравший 70 - 89% от максимально возможного количества баллов.
3. Оценку «3» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. Оценку «2» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший менее 44% от максимально возможного количества баллов.

## Учебно-методический комплекс:

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьные учебники для 8, 9, 10, 11 классов «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение»), включённых в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

| Класс                              | Предмет                               | Название учебника   | Автор                        | Издательство | Год издания |
|------------------------------------|---------------------------------------|---|------------------------------|--------------|-------------|
|                                    | Основы безопасности жизнедеятельности | Программа общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» комплексная программа 5 - 11 классы. | А.Т. Смирнов.                | Просвещение  | 2016        |
| <b>Начальное общее образование</b> |                                       |   |                              |              |             |
|                                    | Основы безопасности жизнедеятельности | Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений                            | А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников | Просвещение  | 2016        |
|                                    | Основы безопасности жизнедеятельности | Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений                           | А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников | Просвещение  | 2013        |
|                                    | Основы безопасности жизнедеятельности | Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс:  | А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников | Просвещение  | 2018        |

|  |   |   |                                 |             |      |
|--|---|---|---------------------------------|-------------|------|
|  |   | учебник для<br>общеобразовательных<br>учреждений  |                                 |             |      |
|  | Основы<br>безопасности<br>жизнедеятельности | Основы<br>безопасности<br>жизнедеятельности. 9 класс:<br>учебник для<br>общеобразовательных<br>учреждений | А.Т. Смирнов,<br>Б.О. Хренников | Просвещение | 2016 |