




**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Гимназия «Авиатор»**

<p align="center">«Рассмотрено»</p> <p>Руководитель МО:  Е.Г. Шитова /</p> <p align="center">Протокол № 1 от «28» августа 2022 г.</p>	<p align="center">«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УВР МОУ «Гимназия «Авиатор»:  / Е.В. Коротина /</p> <p align="center">«29» августа 2022 г.</p>	<p align="center">«Утверждаю»</p> <p>Директор МОУ «Гимназия «Авиатор»:  / О.В. Иванова /</p> <p align="center">Приказ № <u>162</u> от « 30 » августа 2022 г.</p>
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10-11 классов

Уровень среднего общего образования

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «29» августа 2022 г.

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11-х классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Данная программа ориентирована на использование учебника:

Ким С.В., Горский В.А. «ОБЖ», 10-11 кл., изд. «Вентана-Граф» (базовый уровень)

Учебный план МОУ «Гимназия «Авиатор» на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предусматривает 10-11 классах по 1 часу в неделю, что составляет 34 часов в год. Всего 68 часов за весь уровень обучения.

1. Планируемые результаты освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне основного общего образования

Планируемые результаты включают в себя интегративные качества личности, которые обучающиеся смогут приобрести в результате освоения учебной программы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Планируемые личностные результаты

Планируемые личностные результаты обучения основ безопасности жизнедеятельности включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, антикоррупционное мировоззрение, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы.

Личностные результаты отражают:

Гражданское воспитание:

сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;

уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;

сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;

готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства.

Патриотическое воспитание:

сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;

ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;

сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.

Духовно-нравственное воспитание:

осознание духовных ценностей русского народа и русского воинства;

сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

Эстетическое воспитание:

эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

Физическое воспитание:

осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;

потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;

осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

Экологическое воспитание:

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

Планируемые метапредметные результаты

Планируемые метапредметные результаты обучения основ безопасности жизнедеятельности включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению

индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.

Метапредметные результаты отражают:

овладение и развитие умений формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

овладение и развитие навыков самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

формирование и развитие умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного и социального характера;

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

освоение приемов действий при угрозе террористического акта; в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

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;

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;

развитие умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Планируемые предметные результаты

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

Выпускник на базовом уровне научится:

Основы комплексной безопасности

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

- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;

- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством; – действовать согласно указанию на дорожных знаках; – пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;

- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды; – использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;

- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;

- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;

- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;

- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
 - пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
 - прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
 - составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
 - распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
 - соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
 - использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
 - пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
 - прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
 - применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
 - распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
 - использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
 - пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
 - прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
 - составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.
- Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций
- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации; – вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации
- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму,

терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

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

- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

- распознавать симптомы употребления наркотических средств;

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

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

- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

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

- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни; – использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;

- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни; – описывать факторы здорового образа жизни;

- объяснять преимущества здорового образа жизни;

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

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

- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

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

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

- Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

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

- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарноэпидемиологического 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 изготровку к стрельбе;
- производить стрельбу; – объяснять назначение и боевые свойства гранат; – различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;

- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной; – раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя. 176 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 военноучебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне основного общего образования

Опасные и чрезвычайные ситуации, усиление глобальной конкуренции и напряженности в различных областях межгосударственного и межрегионального взаимодействия требуют формирования у обучающихся компетенции в области личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира, а также готовности к выполнению гражданского долга по защите Отечества. Целью изучения и освоения примерной программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО. Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования, осваивается на базовом уровне и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

Межпредметная связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами, как «Физика», «Химия», «Биология», «География», «Информатика», «История», «Обществознание», «Право», «Экология», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей обучающихся с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рациональному использованию учебного времени в рамках выбранного профиля и индивидуальной траектории образования.

Основы комплексной безопасности

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. Влияние экологической безопасности на национальную безопасность РФ. Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них. Неблагоприятные районы в месте проживания и факторы экориска. Средства индивидуальной защиты. Предназначение и использование экологических знаков. Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств: мопедов, мотоциклов, легкового автомобиля). Предназначение и использование дорожных знаков. Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

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

терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации. Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

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

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Состояния, требующие проведения первой помощи, мероприятия и способы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших. Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарноэпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и санитарного назначения.

Основы обороны государства

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

Правовые основы военной службы

Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей

военной службы. Альтернативная гражданская служба. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв.

Элементы начальной военной подготовки

Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами. Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах 452 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.

2.1.Содержание учебного предмета 10 касса (35 часов)

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства – 15 часов

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания – 5 часов

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности

жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы

безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства – 5 часов

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму.

Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях – 5 часов

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Раздел 2. Военная безопасность государства – 10 часов

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность – 5 часов

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз – 5 часов

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 5 часов

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания – 5 часов

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.

Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях – 5 часов

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах

2.2. Содержание учебного предмета 11 класса (35 часов)

Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства

Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности

Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека

Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека.

Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

Раздел 2. Военная безопасность государства

Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к

военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации.

Боевая слава российских
воинов.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 6. Основы здорового образа жизни

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях

Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых для освоения каждой темы

10 класс

№	Тема урока	Содержание	Количество часов
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)			
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)			
1	Повторение. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	Вводный инструктаж по охране труда и технике безопасности на уроках ОБЖ. Значение культуры безопасности жизнедеятельности личности, общества в современном мире; роль государства в обеспечении безопасности личности и общества; роль науки и образования в формировании культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. <i>Ключевые понятия темы:</i> безопасность; жизненно важные интересы; национальные интересы; национальная безопасность; основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства; основы безопасности жизнедеятельности; культура безопасности жизнедеятельности	1
2	Повторение. Когда человек сам себе враг Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	Задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности, ее значение и особенности; основы теории безопасности жизнедеятельности: основные положения и принципы, методы и средства; стратегия и тактика управления безопасностью жизнедеятельности. <i>Ключевые понятия темы:</i> наука о безопасности жизнедеятельности; жизнедеятельность человека; концепция приемлемого (допустимого) риска; стратегия безопасности жизнедеятельности (стратегия управления безопасностью жизнедеятельности); системный подход; средовой подход	1
3	Повторение. ЧС природного	Экология человека и экология среды обитания; антропогенное	1

	и техногенного характера Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	воздействие, техногенная нагрузка на среду обитания; экологическая безопасность среды обитания, урбоэкосистемы. <i>Ключевые понятия темы:</i> экология; урбанизация; экологическая ниша; экологическая напряженность; экологическая безопасность	
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	Медико-биологические основы здоровья человека; адаптация организма к среде обитания; общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. <i>Ключевые понятия темы:</i> человек; индивид; здоровье; здоровье человека; адаптация; потенциал здоровья человека	1
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	Психические процессы и состояния человека; антропогенные опасности, особые психические состояния; экология психики личности, методы повышения безопасности. <i>Ключевые понятия темы:</i> психология; психические процессы; психическое состояние человека; экология психики; стресс; адаптивность	1
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)			
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	Конституционные основы обеспечения безопасности; нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека; федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий. <i>Ключевые понятия темы:</i> Конституция Российской Федерации; гражданская ответственность; федеральные законы по безопасности; организационно-правовые нормы	1
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Самостоятельная работа.	Военные угрозы национальной безопасности России, характер современных войн и вооруженных конфликтов; Стратегия национальной безопасности России; цели, задачи, значение документа; Военная доктрина Российской Федерации; национальная оборона Российской Федерации: цели, задачи, силы, средства, стратегия.	1

		<p><i>Ключевые понятия темы:</i> военная угроза; угроза национальной безопасности; Стратегия национальной безопасности Российской Федерации; национальная оборона; средства невоенного реагирования; Стратегия сдерживания военной силы</p>	
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	<p>Современный комплекс проблем безопасности социального характера; Военная доктрина Российской Федерации: внешние и внутренние угрозы общественной и личной безопасности; защита личной и общественной безопасности от внешних угроз социального характера —военных опасностей.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> военная опасность; военный конфликт; военная политика государства; вооруженный конфликт; война: локальная, региональная, крупномасштабная; Военная доктрина Российской Федерации; основные внешние опасности России; основные внутренние опасности России; терроризм; экстремизм</p>	1
9	Противодействие экстремизму	<p>Федеральные законы Российской Федерации по защите от экстремизма; основные принципы и направления противодействия экстремизму; Уголовный кодекс Российской Федерации: экстремистская деятельность и наказание.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> экстремизм; пропаганда экстремизма; экстремист; основные принципы противодействия экстремизму</p>	1
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	<p>Федеральные законы по защите населения России от социальных угроз: терроризма, экстремизма, наркотизма; основные принципы и направления противодействия террористической деятельности; Уголовный кодекс Российской Федерации: терроризм —преступление и наказание.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> терроризм; виды терроризма; противодействие терроризму; Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации; наркотизм; наркотизация</p>	1

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)

11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи, структура, организация работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций; Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России): задачи, структура; организация гражданской обороны на объектах экономики. <i>Ключевые понятия темы:</i> виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС; МЧС России; режимы функционирования РСЧС; гражданская оборона	1
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Практическая работа	Деятельность сил гражданской обороны и МЧС России; основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций: оповещение, укрытие людей в защитных сооружениях, эвакуация, инженерная защита, аварийно-спасательные работы, медицинская защита: обсервация, карантин, дезинфекция, санитарная обработка, дезактивация; действия населения после сигнала «Внимание всем!». Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. Практическая работа: отработка практических навыков и умений при выполнении действий по сигналам оповещения. <i>Ключевые понятия темы:</i> гражданская оборона; мониторинг чрезвычайной ситуации; прогнозирование чрезвычайной ситуации; оповещение; эвакуация; инженерная защита	1
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	Опасные природные явления, стихийные бедствия и их последствия; катастрофа, чрезвычайные ситуации природного характера: виды и особенности; правила поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера. <i>Ключевые понятия темы:</i> чрезвычайные ситуации природного характера; опасные природные явления; стихийные бедствия: геологические,	1

		метеорологические, гидрологические, климатогеографические сезонные	
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их последствия; общие правила действий населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера на взрывоопасном объекте; химическая опасность и химическая безопасность. <i>Ключевые понятия темы:</i> техногенная насыщенность; чрезвычайная ситуация техногенного характера; взрыв; взрывоопасный объект; химическая опасность; химически опасный объект; химическая безопасность	1
15	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование Контрольное тестирование по теме: «Основы безопасности личности, общества, государства»	Риски чрезвычайных техногенных опасностей; обязательное и добровольное страхование жизни и здоровья; инженерные сооружения и инструменты управления безопасностью. <i>Ключевые понятия темы:</i> страхование; страховой случай; инженерное сооружение; гидротехническое сооружение; гидродинамическая авария; автомобильный транспорт; железнодорожный транспорт; водный транспорт; авиационный транспорт	1
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)			
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)			
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	Анализ ошибок, допущенных на контрольном тестировании, чрезвычайные ситуации военного характера, роль РСЧС и гражданской обороны в защите населения России от оружия массового поражения (ОМП); виды оружия массового поражения: ядерное, химическое и бактериологическое; современные обычные средства поражения. <i>Ключевые понятия темы:</i> военная безопасность; оружие массового поражения; очаг поражения; зона радиоактивного поражения местности; ядерное оружие; химическое оружие; бактериологическое (биологическое) оружие; карантин; обсервация; современные обычные средства поражения; виды оружия на новых принципах	1

17	Защита населения и территорий от радиационной опасности. Практическая работа	Радиационная безопасность населения и территорий; радиационная опасность, экспозиционная доза облучения и уровень радиации. Общие рекомендации при угрозе радиационного заражения. Практическая работа с интерактивными схемами и заданиями. <i>Ключевые понятия темы:</i> радиационная опасность; ионизирующее излучение; экспозиционная доза облучения; уровень радиации; радиационная безопасность; меры обеспечения безопасности	1
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	Убежища и укрытия — средства коллективной защиты населения; защитные свойства и характерные особенности убежищ, укрытий; особенности противорадиационного укрытия. <i>Ключевые понятия темы:</i> инженерные сооружения гражданской обороны; убежище; противорадиационное укрытие; простейшее укрытие	1
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	Характеристика биологических (биолого-социальных) чрезвычайных ситуаций; источники биолого-социальной и экологической опасности; экологический кризис, экологическая безопасность. <i>Ключевые понятия темы:</i> биологическая и экологическая опасность; биологические средства; биологические агенты; биологический терроризм; источники биолого-социальной чрезвычайной ситуации; биологическая опасность; биологическая безопасность; чрезвычайная экологическая ситуация; экологическая безопасность	1
20	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи Практическая работа	Защита органов дыхания и кожных покровов; защитные свойства и характеристики противогазов; специальные и простейшие средства индивидуальной защиты. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. Практическая работа по совершенствованию умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи <i>Ключевые понятия темы:</i> средства индивидуальной защиты органов дыхания; противогаз фильтрующий, изолирующий; медицинские средства защиты кожи; респиратор; ватно-марлевая повязка; средства	1

		индивидуальной защиты кожи	
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)			
21	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	Основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия развития и обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил нашего государства; структура Вооруженных Сил Российской Федерации. <i>Ключевые понятия темы:</i> Вооруженные Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооруженными Силами Российской Федерации; Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение; воинская часть	1
22	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	Состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации; виды Вооруженных Сил: краткая характеристика и назначение; рода войск: краткая характеристика и назначение. <i>Ключевые понятия темы:</i> состав Вооруженных Сил Российской Федерации; Сухопутные войска; Воздушно-космические силы; Военно-Морской Флот; Ракетные войска стратегического назначения; Воздушно-десантные войска; Тыл Вооруженных Сил	1
23	Воинская обязанность и военная служба	Законодательные основы военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации; воинская обязанность: краткая характеристика и назначение; военная служба и допризывная подготовка. <i>Ключевые понятия темы:</i> воинская обязанность; мобилизация; военное положение; военная служба; Военная присяга; обязательная подготовка; добровольная подготовка	1
24	Права и обязанности военнослужащих	Законодательные основы социальной защиты военнослужащих; права и обязанности военнослужащих; виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим. <i>Ключевые понятия темы:</i> социальный статус; права военнослужащих; обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные; воинская дисциплина; единоначалие; верность воинскому долгу	1
25	Боевые традиции и	Боевые традиции Российской армии; ритуалы Вооруженных Сил	1

	<p>ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации</p> <p>Контрольное тестирование по теме «Военная безопасность государства»</p>	<p>Российской Федерации.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> боевые традиции; воинские ритуалы; патриотизм; воинский долг; воинская честь; Военная присяга; Боевое знамя воинской части; воинский коллектив; войсковое товарищество</p>	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)			
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)			
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	<p>Анализ ошибок, допущенных на контрольном тестировании. Подходы к пониманию сущности здоровья; медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное здоровье человека; сфера здравоохранения; санитарное просвещение</p>	1
27	Здоровый образ жизни и его составляющие	<p>Что такое здоровый образ жизни; факторы, влияющие на здоровье; основные составляющие здорового образа жизни человека.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> образ жизни; здоровый образ жизни; культура здоровья; факторы риска; основные составляющие здорового образа жизни</p>	1
28	<p>Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики</p> <p>Повторение. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания</p>	<p>Основные инфекционные болезни: классификация, механизмы передачи инфекции, меры медицинской помощи; источники инфекционных заболеваний и факторы риска; меры профилактики инфекционных заболеваний и иммунитет.</p> <p><i>Ключевые понятия темы:</i> эпидемия; пандемия; инфекционные заболевания; классификация инфекционных заболеваний; иммунитет; вакцинация; факторы риска; обсервация; карантин; дезинфекция</p>	1
29	Факторы риска неинфекционных	Факторы риска основных неинфекционных заболеваний; факторы риска сердечно -сосудистых заболеваний; меры профилактики сердечно-	1

	заболеваний и меры их профилактики Повторение. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	сосудистых заболеваний. <i>Ключевые понятия темы:</i> основные неинфекционные заболевания; сердечно-сосудистые заболевания; атеросклероз; артериальная гипертензия	
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем Повторение. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях	Факторы риска заболеваний, передающихся половым путем; культура полового поведения юноши и девушки; симптомы, последствия и меры профилактики заболеваний, передающихся половым путем. <i>Ключевые понятия темы:</i> половое воспитание; целомудрие; заболевания, передающиеся половым путем; профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч)			
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок Повторение. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	Законы Российской Федерации и социальная ответственность граждан и специалистов по оказанию первой помощи при неотложных состояниях; неотложные состояния, требующие оказания первой помощи; мероприятия по оказанию первой помощи. <i>Ключевые понятия темы:</i> неотложное состояние; первая помощь; фактор времени; травма; перечень состояний, при которых оказывают первую помощь; перечень мероприятий по оказанию первой помощи	1
32	Правила оказания первой помощи при травмах Практическая работа Повторение. Вооруженные	Понятие об асептике, антисептике, антибиотиках; порядок и правила оказания первой помощи при травмах; способы снижения остроты боли и противошоковые мероприятия. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. <i>Ключевые понятия темы:</i> асептика; антисептика; антибиотики; общие	1

	Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	правила оказания первой помощи при травмах; иммобилизация; шинирование	
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях Контрольное тестирование по курсу ОБЖ 10 класса	Виды кровотечений, их особенности; особенности паренхиматозных кровотечений; способы оказания первой помощи при кровотечениях. <i>Ключевые понятия темы:</i> кровотечение: артериальное, венозное, капиллярное	1
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация Практическая работа	Анализ ошибок, допущенных на тестировании. Признаки жизни и смерти; правила проведения сердечно-легочной реанимации. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. <i>Ключевые понятия темы:</i> сердечно-легочная реанимация; признаки жизни; признаки смерти; искусственное дыхание способом «рот в рот»; надавливание на грудную клетку	1
35	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Практическая работа	Признаки ушиба, растяжения связок, вывиха, перелома; первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах; первая помощь при переломах и комбинированных травмах; иммобилизация и транспортировка пострадавших. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. <i>Ключевые понятия темы:</i> ушиб; растяжение связок; вывих; перелом; иммобилизация	1

11 класс

№	Тема урока	Содержание	Количество часов
Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (15 ч)			
Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)			
1	Повторение. Основы безопасности личности, общества, государства Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	Вводный инструктаж по охране труда и технике безопасности на уроках ОБЖ. Причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества; образование и социальное воспитание — основы культуры безопасности жизнедеятельности; личная ответственность — условие повышения общей безопасности жизнедеятельности. <i>Ключевые понятия темы:</i> институт социального воспитания; социальное взросление личности	1
2	Повторение. Военная безопасность государства Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий	Экологичность, биоэтичность, ориентиры и критерии развития науки и технологий; экологическая безопасность; биоэтика — комплексная оценка культуры безопасности жизнедеятельности объектов техносферы. <i>Ключевые понятия темы:</i> научная картина мира; биоэтика; ключевые вопросы биоэтики	1
3	Повторение. Основы медицинских знаний и	Научные основы общей теории безопасности жизнедеятельности; основные объекты общей теории безопасности жизнедеятельности и	1

	здорового образа жизни Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	научные подходы к их изучению; закон сохранения жизни, энергии в системе «человек —среда обитания» и показатели благополучия и безопасности среды для человека. <i>Ключевые понятия темы:</i> моделирование; методологические подходы: системный, средовой, экологический, аналитический, функциональный (объектный), синергетический	
4	Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»	Виды и источники антропогенных опасностей, критерии безопасности; антропогенные, техногенные, социогенные проблемы; система принципов и системный подход в обеспечении безопасности. <i>Ключевые понятия темы:</i> безопасность; антропогенные опасности; потенциальная, реальная и реализованная опасности; идентификация; номенклатура опасностей; системный анализ безопасности	1
5	Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»	Системный подход к проектированию систем управления безопасностью; система принципов обеспечения безопасности, стратегия управления безопасностью жизнедеятельности; эргономические и психологические основы проектирования систем безопасности. <i>Ключевые понятия темы:</i> управление безопасностью жизнедеятельности; управление риском; уровни безопасности; виды совместимости; гигиеническое нормирование	1
Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности (5 ч)			
6	Обеспечение национальной безопасности России	Национальная безопасность России в современном мире; Стратегия национальной безопасности России. <i>Ключевые понятия темы:</i> национальные интересы; национальная безопасность; Стратегия национальной безопасности; социальная безопасность; оборона	1
7	Обеспечение социальной,	Взаимосвязь социально-экономического развития и национальной	1

	экономической и государственной безопасности. Самостоятельная работа	безопасности: Стратегия социально-экономического развития России; социальная безопасность и меры ее обеспечения; государственная безопасность и меры ее обеспечения. <i>Ключевые понятия темы:</i> глобализация; социальная безопасность; социальный институт; государственная безопасность	
8	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму	Роль государства в противодействии терроризму; ФСБ России; Национальный антитеррористический комитет (НАК): задачи; контртеррористическая операция и взаимодействие властных структур государства. <i>Ключевые понятия темы:</i> пограничная служба ФСБ России; пограничная деятельность; терроризм; экстремизм; Национальный антитеррористический комитет; контртеррористическая операция	1
9	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России	Государственные меры защиты населения и территорий: РСЧС; деятельность «чрезвычайного министерства»; профессиональные и моральные качества спасателей — специалистов поисково-спасательной службы МЧС России. <i>Ключевые понятия темы:</i> поисково-спасательная служба МЧС; добровольная пожарная дружина; добровольчество	1
10	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму	Документы международного права и внешняя политика России; гуманитарная помощь и миротворческая помощь; участие России в деятельности Организации Объединенных Наций (ООН). <i>Ключевые понятия темы:</i> национальные интересы России; Европейский союз (ЕС); Организация Объединенных Наций (ООН); гуманитарная помощь; волонтерское движение; гуманитарная миссия; гуманитарная катастрофа	1
Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека (5 ч)			

11	Экстремальные ситуации криминогенного характера Практическая работа	Характеристика чрезвычайных ситуаций криминогенного характера и уголовная ответственность несовершеннолетних; хулиганство, грабеж, разбой, воровство, насилие, вандализм; самооборона и меры предупреждения криминогенной опасности. Проектно-исследовательская деятельность по проектированию моделей безопасного поведения. <i>Ключевые понятия темы:</i> криминальный; криминогенный; преступление; экстремальная ситуация криминогенного характера; самооборона	1
12	Экстремизм, терроризм и безопасность человека Практическая работа	Зоны повышенной криминогенной опасности в городе; толпа как скрытая опасность, меры спасения в толпе; уголовная ответственность за совершение ряда преступлений; меры безопасности человека и общества в криминогенной ситуации. <i>Ключевые понятия темы:</i> зона повышенной криминогенной опасности; толпа; заложник; терроризм; психологическая готовность	1
13	Наркотизм и безопасность человека	Наркотизм как социальное зло, личная, общественная и государственная проблема; наркотизм и меры безопасности. <i>Ключевые понятия темы:</i> наркотики; наркотизм; наркомания; токсикомания	1
14	Дорожно-транспортная безопасность Практическая работа	Культура безопасности дорожного движения; роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения: федеральные целевые программы; роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения. Проектно-исследовательская деятельность обучающихся <i>Ключевые понятия темы:</i> дорожно-транспортное происшествие (ДТП); дорога; участники дорожного движения; правила дорожного движения (ПДД); государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД)	1
15	Вынужденное автономное существование	Причины и проблемы вынужденной автономии; меры преодоления страха, стресса, правила выживания; необходимые умения по обеспечению автономного существования в природной	1

	в природных условиях Контрольное тестирование по теме «Основы комплексной безопасности личности, общества, государства»	среде; подача сигналов бедствия. <i>Ключевые понятия темы:</i> выживание; вынужденное автономное существование; факторы выживания; стресс; страх; НАЗ (носимый аварийный запас)	
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)			
Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)			
16	Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности и военной службы	Анализ ошибок, допущенных на тестировании. История армии: история побед и реформ; основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время; другие войска, воинские формирования и органы. Правовые основы воинской обязанности; воинский учет граждан России: назначение и содержание; военная служба по контракту; Военная присяга: социальное и военное назначение. Федеральные законы и воинские уставы; взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины; права и свободы военнослужащих; увольнение с военной службы и запас Вооруженных Сил. <i>Ключевые понятия темы:</i> устав; мобилизация; запас Вооруженных Сил; воинский устав; внутренняя служба; увольнение с военной службы; военные сборы, рекрутский набор; всеобщая воинская обязанность; Закон СССР «О всеобщей воинской обязанности»; Вооруженные Силы Российской Федерации. воинская обязанность; воинский учет; военная служба по контракту; военный комиссариат; Военная присяга	1
17	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	Федеральные законы и воинские уставы; взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины; права и свободы военнослужащих; увольнение с военной службы и запас Вооруженных Сил. <i>Ключевые понятия темы:</i> устав; мобилизация; запас Вооруженных Сил; воинский устав; внутренняя служба; увольнение с военной службы; военные сборы	1

		Обязательная подготовка граждан к военной службе; добровольная подготовка граждан к военной службе; военно-учетные специальности. <i>Ключевые понятия темы:</i> обязательная подготовка к военной службе; добровольная подготовка к военной службе; военно-учетная специальность	
18	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего	Виды воинской деятельности и воинские обязанности; морально-психологические требования к военнослужащим; общие и специальные обязанности военнослужащих. <i>Ключевые понятия темы:</i> Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации; Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации; гарнизонная служба; караульная служба; боевое дежурство; коллективизм	1
19	Строевая подготовка. Практическое занятие	Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. Строи 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. Строи отделения.	1
20	Автомат Калашникова. Практическое занятие	Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ. 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.	1
Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии (5 ч)			
21	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы	Прохождение военной службы по призыву; значение воинской дисциплины; значение принципа единоначалия в армии; альтернативная гражданская служба. <i>Ключевые понятия темы:</i> военная служба по призыву; воинская	1

		дисциплина; единоначалие; исполнительность; альтернативная гражданская служба	
22	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира	Право войны и «горячие точки» в международной политике; гуманитарная помощь и миротворческие операции России. <i>Ключевые понятия темы:</i> право войны; миротворцы; комбатант; «горячая точка»; гуманитарная помощь; гуманитарная катастрофа	1
23	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом Самостоятельная работа	Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом; роль руководителя в обеспечении успеха контртеррористической операции; особый правовой режим контртеррористической операции. <i>Ключевые понятия темы:</i> контртеррористическая операция; группировка сил контртеррористической операции; бандит; бандформирование	1
24	Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации	военные учения; военная стратегия и тактика. <i>Ключевые понятия темы:</i> военные учения; стратегия; тактика; стратегическая цель; театр военных действий; геополитика	1
25	Боевая слава российских воинов Контрольное тестирование по теме «Военная безопасность государства»	«викториальные дни» России; Дни воинской славы Российской Федерации; традиции памяти — духовная связь поколений. <i>Ключевые понятия темы:</i> Дни воинской славы; «викториальные дни»	1
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)			
Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 ч)			
26	Демографическая ситуация в России	Анализ ошибок, допущенных на тестировании. Демография и здоровье россиян: причины, проблемы, решения; медицинское обеспечение населения России и культура здоровья. <i>Ключевые понятия темы:</i> демография; депрессия; транквилизаторы; астения (астенический синдром)	1
27	Культура здорового образа жизни	Компоненты культуры здорового образа жизни; рациональная организация режима труда и отдыха; принципы рациональности	1

		режима дня и биологические ритмы. <i>Ключевые понятия темы:</i> режим труда и отдыха; подростковый возраст; усталость; утомление, биологические ритмы	
28	Культура питания Повторение. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	Что означает понятие «культура питания»; главное правило рационального питания; основные принципы рационального питания. <i>Ключевые понятия темы:</i> рациональное питание; культура питания; главное правило рационального питания; здоровое питание; основные принципы рационального питания; умеренность в питании; сбалансированность питания; четырехразовое питание; полноценное питание; качество продуктов; диетология	1
29	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье Повторение. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности	Проектно-исследовательская деятельность по теме. Подходы к пониманию сущности репродуктивного здоровья; биологическое и социальное взросление юноши и девушки; социальная обусловленность культуры в отношениях представителей противоположных полов. <i>Ключевые понятия темы:</i> подростковый возраст; репродуктивное здоровье; репродуктивная система; целомудрие; духовность	1
30	Вредные привычки. Культура движения Повторение. Экстремальные ситуации и безопасность человека	Причины и последствия вредных привычек; двигательная активность и физическая культура —полезные привычки; как связаны культура движения и здоровье. <i>Ключевые понятия темы:</i> привычка; вредная привычка; полезная привычка; кинезофилия; культура движения; физическая культура; спорт	1
Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях (5 ч)			
31	Медико-психологическая Помощь Повторение. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных	Права и обязанности очевидцев происшествия по оказанию первой помощи; психотравмирующие ситуации и первая психологическая помощь; медицина катастроф и службы экстренной медицинской помощи. <i>Ключевые понятия темы:</i> экстремальная ситуация; шок; травматический	1

	угроз	шок; первая помощь; кома; асфиксия; аспирация; первая психологическая помощь; медицина катастроф	
32	Первая помощь при ранениях Практическая работа Повторение. Особенности военной службы в современной Российской армии	Виды ран, их причины и особенности; осложнения при ранениях: столбняк, сепсис, газовая гангрена; первая помощь при ранениях: обработка ран и наложение повязок. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ <i>Ключевые понятия темы:</i> поверхностное ранение; глубокое ранение; раны: колотая, резаная, рубленая, ушибленная, укушенная, огнестрельная; сепсис; столбняк; газовая гангрена; повязка	1
33	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении Практическая работа Повторение. Основы ЗОЖ	Последствия радиации, взрывов, отравляющих веществ; первая помощь при комбинированных травмах, электротравмах; первая помощь при ожогах: термических, химических. Инструктаж по охране труда при проведении практических занятий по ОБЖ <i>Ключевые понятия темы:</i> комбинированная травма; ожог; ожоговый шок; отравление; яд; обморожение	1
34	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии Итоговое контрольное тестирование по курсу ОБЖ 11 класса	Правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии; юридическая ответственность и безопасность очевидцев дорожно-транспортного происшествия; обязанности водителя при дорожно-транспортном происшествии и правило «золотого часа» при оказании первой помощи. <i>Ключевые понятия темы:</i> участники дорожного движения; клиническая смерть; биологическая смерть; сердечно-легочная реанимация	1
35	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами,	Анализ ошибок, допущенных на контрольном тестировании. Острое отравление и его причины; первая помощь при отравлении никотином; первая помощь при отравлении алкоголем и его суррогатами; первая помощь при отравлении лекарственными препаратами; первая помощь	1

	наркотическими веществами	при отравлении наркотическими веществами. <i>Ключевые понятия темы:</i> острое отравление; никотин; этанол; суррогат алкоголя; метанол (метиловый спирт); этиленгликоль	
--	---------------------------	--	--