

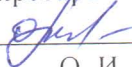


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Правдинский центр образования»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
учителей  
естественно-  
математического  
цикла  
от 26.08.2020 года  
Протокол № 1  
Руководитель ШМО

  
Н.В.Микалина

Согласовано:  
26.08.2020 г.  
Заместитель директора  
  
О.И.Микалина

Принята на заседании  
Педагогического  
совета  
Протокол № 1  
от 26.08.2020 г.  
Председатель  
  
Т. Л. Микова  
Секретарь  
  
О. И. Микалина



Рабочая программа

по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»  
для обучающихся III уровня(10 - 11 классы)

Составил:  
преподаватель-организатор ОБЖ  
высшей квалификационной категории  
Микалин В.С.

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Правдинский центр образования»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
учителей естественно-  
математического цикла  
от 26. 08. 2020 года  
Протокол № 1  
Руководитель ШМО

---

Н.В.Микалина

Согласовано:  
26.08.2020 г.  
Заместитель директора  
\_\_\_\_\_  
О.И.Микалина

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от 26.08.2020 г.  
Председатель  
\_\_\_\_\_  
Т. Л. Микова  
Секретарь  
\_\_\_\_\_  
О. И. Микалина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
\_\_\_\_\_  
Т. Л. Микова  
26.08.2020 г.  
Приказ № 185 – Д

**Рабочая программа**  
**по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**  
**для обучающихся III уровня(10 - 11 классы)**

Составил:  
преподаватель-организатор ОБЖ  
высшей квалификационной категории  
Микалин В.С.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа предназначена для завершения формирования у старшеклассников основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности в современном мире. В процессе освоения рабочих программ по ОБЖ учащиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира с учётом региональных особенностей.

Настоящая программа разработана с учётом нормативно-правовых актов в области безопасности жизнедеятельности, действующих в Российской Федерации, и на основе совокупных требований, определённых Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

В основу разработки программы легли положения важных государственных документов:

- Конституции Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.);
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ, вступил в силу с 1 сентября 2013 г.);
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (утв. Указом Президента Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 683).

Изучение тематики по основам безопасности жизнедеятельности в средней школе способствует достижению следующих целей:

- реализации требований нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности в рамках положений, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации, которая является базовым документом стратегического планирования, определяющим цели, задачи и меры в области внутренней и внешней политики, направленные на укрепление национальной безопасности Российской Федерации;
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- повышению уровня защищённости обучающихся общеобразовательных организаций от последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, характерных для региона проживания;
- углублённому изучению (гражданами женского пола) основ медицинских знаний и здорового образа жизни с целью помочь старшеклассницам сформировать более полное представление о здоровье, репродуктивном здоровье, здоровом образе жизни, о демографической обстановке в стране и демографической безопасности;
- проведению с учащимися (гражданами мужского пола) учебных сборов для углублённого изучения с учащимися отдельных элементов начальной военной подготовки.

Реализация данных целей при изучении тематики ОБЖ в старших классах достигается путём решения ряда учебных задач, которые определяют общие направления по формированию содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в рамках отдельных положений стратегических национальных приоритетов, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации: оборона страны; государственная и общественная безопасность; повышение качества жизни российских граждан; экономический рост; наука, технологии и образование; здравоохранение;

культура; экология живых систем и рациональное природопользование; стратегическая стабильность и равноправное стратегическое партнёрство.

Данная программа входит в учебно-методический комплект по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 10—11 классов (под редакцией А. Т. Смирнова), который подготовлен в издательстве «Просвещение» с учётом требований ФГОС и новых государственных подходов в области обеспечения национальной безопасности в современном мире.

В программе учтены особенности подготовки юношей - старшеклассников по основам военной службы и проведение с ними учебных сборов в соответствии с положениями Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего общего образования, образовательных учреждениях среднего профессионального образования и учебных пунктах (утв. Приказом Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации № 96/134 от 24 февраля 2010 г.). Согласно этому же документу обучение граждан женского пола начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы осуществляются в добровольном порядке.

В Постановлении Правительства Российской Федерации «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» от 31 декабря 1999 г. № 1441 (последняя редакция от 29 декабря 2016 г. № 1540) говорится: «С гражданами женского пола в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях проводятся отдельно от граждан мужского пола занятия по углублённому изучению основ медицинских знаний». Наша рабочая программа предусматривает обучение старшеклассниц по программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» в объёме учебного времени, отведённого на изучение раздела «Основы военной службы».

Настоящая примерная рабочая программа определяет объём учебного материала по предмету, даёт примерное распределение учебных часов по учебным модулям, разделам и темам предмета и может быть использована в качестве основы для разработки рабочей программы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательной организации.

При разработке рабочей программы общеобразовательной организацией возможны некоторые изменения и дополнения (в рамках требований ФГОС) с учётом региональных особенностей и возможностей образовательной организации.

### **Общая характеристика предмета**

**Цель** изучения основ безопасности жизнедеятельности - способствовать завершению формирования ключевых качеств выпускника школы, которые определены Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Ключевые качества характеризуют выпускника как человека XXI века и гражданина Российской Федерации:

- любящего свой край и свою Родину, уважающего свой народ, его культуру и духовные традиции;
- осознающего и принимающего традиционные ценности семьи, российского гражданского общества, многонационального российского народа, человечества, осознающего свою сопричастность судьбе Отечества;
- креативного и критически мыслящего, активно и целенаправленно

познающего мир, осознающего ценности образования и науки, труда и творчества для человека и общества;

- владеющего основами научных методов познания окружающего мира;
- мотивированного на творческую и инновационную деятельность;
- готового к сотрудничеству, способного осуществлять учебно-исследовательскую, проектную и информационно - познавательную деятельность;
- осознающего себя социально активной личностью, уважающей закон и правопорядок, осознающего ответственность перед семьёй, обществом, государством, человечеством;
- уважающего мнение других людей (если оно не носит противоправного характера), умеющего вести конструктивный диалог, способного достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать;
- осознанно выполняющего и обоснованно пропагандирующего правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;
- подготовленного к осознанному выбору профессии, понимающего значение профессиональной деятельности для человека и общества;
- мотивированного на образование и самообразование в течение всей своей жизни.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих **учебных задач**:

1) формированием у учащихся экологического мышления, понимания ими влияния социально-экологических процессов на состояние природной и социальной среды обитания человека; воспитанием у них культуры безопасного поведения в условиях неблагоприятной экологической обстановки в местах проживания;

2) формированием у учащихся духовно-нравственных принципов взаимоотношения полов, способствующих осознанию традиционных ценностей семьи, их готовности к созданию благополучной семьи в современных условиях и обеспечению демографической безопасности государства;

3) формированием у учащихся индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения уровня их духовного, физического и социального благополучия, а также для обеспечения здорового долголетия граждан Российской Федерации;

4) формированием у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для повышения их защищённости на индивидуальном уровне от внешних и внутренних угроз в повседневной жизни и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

5) формированием у учащихся духовных и физических качеств, свойственных гражданину Российской Федерации и защитнику Отечества; подготовка их к военной службе в современных условиях (граждан мужского пола - обязательно, граждан женского пола — по их желанию).

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 - 11 классах реализует комплексный подход в формировании у учащихся личностных социальных качеств, определённых Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, при модульной структуре содержания предмета.

Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершённую часть предмета, основанную на его методологии и включающую в себя такой объём учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля и семь разделов.

Основной акцент учебно-воспитательного процесса в данной программе сделан на:

- формирование у учащихся индивидуальной системы здорового образа жизни и негативного отношения к курению и употреблению алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ;
- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и негативного отношения к противоправному поведению и любым проявлениям экстремизма и терроризма;
- формирование у учащихся духовных и физических качеств защитника Отечества и подготовку их к военной службе в современных условиях.

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязанно структурировать тематику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учётом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам (при поурочном планировании предмета по годам обучения), а также с учётом особенностей обстановки в регионе в области безопасности (при разработке региональных учебных программ);
- эффективнее использовать межпредметные связи (элементы содержания предмета ОБЖ могут быть использованы в других предметах, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира);
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования;
- более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам;
- более эффективно организовать систему повышения квалификации и профессиональную подготовку преподавателей - организаторов ОБЖ.

#### **Место предмета в учебном плане**

Реализация содержания учебных целей и задач по основам безопасности жизнедеятельности осуществляется на базовом уровне. Для изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне предусмотрено 69 ч (один час в неделю в каждом классе). Кроме того, после окончания занятий в 10 классе с учащимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) предусмотрено проведение учебных сборов в течение 5 дней (35 ч).

В соответствии с положениями нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе раздел 7 «Основы военной службы» изучается в обязательном порядке только с учащимися — гражданами мужского пола. (Подготовка старшеклассниц по основам военной службы может осуществляться только в добровольном порядке.) В то время когда юноши-старшеклассники изучают раздел «Основы военной службы», со старшеклассницами в обязательном порядке проводятся занятия по углублённому изучению основ медицинских знаний.

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА**

Личностные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности

определяются сформированностью у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств и привычек в области безопасности жизнедеятельности.

**Личностные результаты:**

- сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности);
- выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей;
- сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;
- сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии;
- сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;
- выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков;
- осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;
- сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;
- морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам;
- воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;
- уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов:

- на события и явления, происходящие в современном мире в природной, техногенной и социальной сферах обитания, и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- на состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства в Российской Федерации от внешних и внутренних угроз.

**Метапредметные результаты:**

- умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для

безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;

- умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;

- поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций;

- умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России;

- умение логически обоснованно доказывать следующие положения:

- любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания;

- террористическая деятельность бесцельна;

- наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно;

- умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;

- умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;

- умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;

- умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;

- умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;

- умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны;

- умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации;

- умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

**Предметные результаты** освоения основ безопасности жизнедеятельности отражают:

- формирование у старшеклассников основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности в современном



мире;

- формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;
- осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз;
- формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе в современных условиях;
- понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;
- формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;
- ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;
- знание распространённых опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.);
- знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области гражданской обороны;
- умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- знание основ обороны государства (законодательных актов об обороне государства и воинской обязанности граждан);
- понимание прав и обязанностей гражданина до призыва и во время прохождения военной службы;
- знание требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам;
- умение применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умение проектировать модели личного безопасного поведения;
- понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- всестороннее знание основ военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения службы, строевой, огневой и тактической подготовки;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражений.

- Программа разработана в соответствии с Требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

- Тематическое планирование программы состоит из трёх частей (10—11 классы, пятидневные учебные сборы для юношей-старшеклассников, раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для старшеклассниц) и соответствует структуре учебников для 10—11 классов (под редакцией А. Т. Смирнова).

## **Содержание программы 10 класс**

### **1. Основы комплексной безопасности (10 часов).**

#### **1.1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни - 3 часа.**

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.

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.

#### **1.2 Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций – 2 часа.**

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке. Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконной вооруженной формирования и участия в нем. Землетрясение, цунами, наводнение, ураганы, смерчи, оползни, обвалы, лесные пожары - опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера - геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

#### **1.3 Современный комплекс проблем безопасности социального характера – 5 часов.**

Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

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

Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Терроризм: общие понятия определения. Характеристики современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление. 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.

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

## **2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (1 час).**

### **2.1 Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности общества и государства – 1 час.**

Положения конституции Российской Федерации, основные законы Российской Федерации, положение которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». «О безопасности». «О пожарной безопасности». «О гражданской обороне». «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

## **3. Основы здорового образа жизни (3 часа).**

### **3.1 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний – 1 час.**

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

### **3.2 Здоровый образ жизни и его составляющие – 2 часа.**

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.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя - разновидность наркомании. Наркомания - это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

## **4. Основы обороны государства (11 часов).**

### **4.1 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны – 5 часов.**

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты профилактики.

Предназначение аварийно - спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно - спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся.

#### **4.2 Вооруженные силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества – 3 часа.**

Организация Вооруженных сил Московского государства в XIV - XVвв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIXв., создание массовой армии.

Дни воинской славы России -дни славных побед, сыгравших главную роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

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

#### **4.3 Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск – 2 часа.**

Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск. Военно - Воздушные Силы их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС. Военно - Морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

#### **4.4 Боевые традиции Вооруженных Сил России – 1час.**

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 военнослужащего по вооруженной защите Отечества. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг.

### **5. Основы военной службы (8 часов).**

#### **5.1 Размещение и быт военнослужащих – 2 часа.**

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, противопожарная защита, охрана окружающей среды.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя проверка, завтрак, обед и ужин, учебные занятия. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

#### **5.2 Суточный наряд, общие обязанности суточного наряда – 1 час.**

Суточный наряд, общие положения. Общие обязанности лиц суточного наряда.

Обязанности дежурного по роте. Дежурный по роте. Общие обязанности дневального по роте.

### **5.3 Организация караульной службы – 1 час.**

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

### **5.4 Строевая подготовка - 1 час.**

Строй и управление ими. Строевые приемы и движения без оружия. Строевая стойка, повороты на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. 1 Подход к начальнику и отход от него.

### **5.5 Огневая подготовка – 2 часа.**

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение.

Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приемы и правила стрельба из автомата. Подготовка автомата к стрельбе Меры безопасности при стрельбе.

### **5.6 Тактическая подготовка – 1 час.**

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

## **Тематическое планирование 10 класс**

№ урока	Содержание тем
1	Автономное пребывание человека в природной среде.
2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.
3	Обеспечение личной безопасности на дорогах и в криминальных ситуациях.
4	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.
5	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения, возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в этих условиях.
6	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
7	Военные угрозы национальной безопасности России.
8	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.
9	Международный терроризм - угроза национальной безопасности России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.
10	Наркотизм и национальная безопасность России.
11	Единая государственная система чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи, основные законы РФ о безопасности граждан.
12	Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки к военной службе.
13	Здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.
14	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность.
15	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
16	Контрольная работа за полугодие.

17	Основные виды оружия и их поражающие факторы.
18	Средства индивидуальной защиты. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
19	Организация проведения аварийно - спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.
20	Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.
21	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.
22	Памяти поколений - дни воинской славы.
23	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.
24	Сухопутные войска. ВВС. ВМФ. Их состав и предназначение.
25	Ракетные войска стратегического назначения, ВДВ, их состав и предназначение.
26	Патриотизма и верность воинскому долгу в качестве защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество - основы боевой готовности.
27	Размещение военнослужащих.
28	Распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.
29	Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного и дневального по роте.
30	Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его обязанности.
31	Строевые приемы и движения без оружия: воинское приветствие, подход к начальнику и отход от него, строй отделения, воинское приветствие.
32	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
33	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия).
34	Современный бой. Обязанности солдата в бою.
35	Контрольная годовая работа.

## Содержание программы 11 класс.

### 1. Основы комплексной безопасности (3 часа).

#### 1.1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 3 часа.

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

Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды.

Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

#### 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций(1 час).

#### 2.2. Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации – 1 час.

Правовая основа противодействия терроризму в современных условиях: Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры российской Федерации. Федеральный закон «О противодействии

терроризму» (от 6 марта 2006г., № 35-ФЗ), Указ Президента РФ «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006., № 116).

### **3. Основы здорового образа жизни (3 часа).**

#### **3.1 Нравственность и здоровье – 3 часа.**

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

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. Формирование правильных взаимоотношений иолов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ - инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ - инфекцией.

### **4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (5 часов).**

#### **4.1. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях – 5 часов.**

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.

Понятие о ране, разновидностях ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута Основные виды травм опорно - двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно - двигательного аппарата. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травмах опорно - двигательного аппарата.

Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего.

Черепно - мозговая травма, основные причины её возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь при черепно - мозговой травме.

Травма груди, причины ее возникновения и возможные последствия.  
Первая медицинская помощь при травме груди.

Травма живота, причины ее возникновения и возможные последствия.  
Первая медицинская помощь при травме живота.

Травма в области таза, причины ее возникновения и возможные последствия.

Первая медицинская помощь при травме области таза.

Травмы позвоночника и спины, основные виды травм позвоночника и спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах позвоночника и спины.

Реанимация. Правила проведения сердечно - легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» ил «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

## **5. Основы обороны Государства (9 часов).**

### **5.1 Вооруженные силы Российской Федерации – основа обороны государства – 2 часа.**

Основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств.

Основные задачи по обеспечению военной безопасности, по опережению вооруженного нападения, в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооруженных конфликтах.

Нормативная база привлечения Вооруженных Сил Российской Федерации к борьбе с терроризмом. Участие в проведении контр террористической операции, пресечение международной контр террористической деятельности за пределами территории Российской Федерации.

### **5.2 Символ воинской чести (3 часа).**

Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством. Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное

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

Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное значение

### **5.3 Воинская обязанность – 4 часа.**

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

Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.

Основные обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Категории годности к военной службе. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

Положения конституции российской Федерации и Федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих». «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы.



## **6. Основы военной службы (12 часов).**

### **6.1 Особенности военной службы – 4 часа.**

Общие понятия о «Праве войны». Международные правила, которые необходимо соблюдать военнослужащим в бою. Категории лиц и объектов, которым международным правом предоставлена особая защита. Общевоинские уставы - что нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение строевого устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения

Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации Основное предназначение устава гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения.

### **6.2 Военнослужащий - вооруженный защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил Российской Федерации – 4 часа.**

Основное предназначение и обусловленность воинской деятельности военнослужащего. Учебно - боевая подготовка, служебно - боевая деятельность, реальные боевые действия. Общие требования воинской деятельности: внимание, быстрота и гибкость мышления, самостоятельность, ответственность, способность принимать решения.

Любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, пароду, 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 -основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание - защитник отечества.

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

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.

Воинская честь и достоинство - неотъемлемое качество военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации. Гуманность и человеколюбие - это неотъемлемое качество российского воина во все времена. Чувство глубокой ответственности за защиту Родины, готовность к преодолению трудностей при исполнении воинского долга.

Общие обязанности военнослужащих, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Сущность основных обязанностей военнослужащих и чем они определяются.

### **6.3 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации – 2 часа.**

Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Когда, кем и от чьего имени воинской части вручается Боевое Знамя. Военная присяга. Ее роль и значение для каждого

военнослужащего. Порядок приведения к Военной присяге солдат и матросов, прибывших на пополнение в воинскую часть. Текст Военной присяги. Текст обязательства ( для иностранных граждан).

Порядок вручения стрелкового оружия. Порядок закрепления военной техники и вооружения. Ритуал подъема и спуска Государственного флага. Назначение ритуала, проведение ритуала.

#### **6.4 Прохождение военной службы по призыву – 1 час.**

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.

#### **6.5 Происхождение военной службы по контракту – 1 час.**

Особенности военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба.

### **Тематический план 11 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Содержание тем</b>
1	Правила безопасности дорожного движения для пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя.
2	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.
3	Обеспечение личной безопасности на водоемах в любое время года.
4	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.
5	Нормативно - правовая база борьбы с терроризмом. Правила поведения при угрозе террористического акта (ситуационные задачи). Условия проведения контр террористической операции.
6	Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье.
7	Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекций.
8	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.
9	Первая медицинская помощь при ранениях, при острой сердечной недостаточности.
10	Правила остановки артериального кровотечения.
11	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, позвоночника, спины.
12	Первая медицинская помощь при травмах опорно - двигательного аппарата, черепно-мозговой травме, травме груди, живота.
13	Первая медицинская помощь при остановке сердца.
14	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.
15	Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Международная деятельность ВС РФ.
16	Контрольная работа за полугодие.
17	Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести достоинства и славы.
18	Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.
19	Военная форма – одежда.
20	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.
21	Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

22	Добровольная подготовка граждан к военной службе. Подготовка и требования к специалистам по военно - учетным специальностям.
23	Медицинское освидетельствование и профессионально психологический отбор граждан. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.
24	Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Общевоинские уставы. Военные аспекты международного права.
25	Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.
26	Устав гарнизонной службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации.
27	Основные виды воинской деятельности и их особенности. Требования, предъявляемые к моральным качествам гражданина.
28	Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации.
29	Военнослужащий - патриот, специалист, подчиненный. Основные обязанности военнослужащих.
30	Порядок приведения к Военной присяге (принесения обязательства). Порядок вручения Боевого Знамени военной части.
31	Порядок вручения личному составу вооружения военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъема и спуска Государственного флага.
32	Призыв на военную службу, порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих. Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.
33	Действия людей в различных ситуациях на проезжей части и тротуаре в качестве пешехода, пассажира, велосипедиста и водителя.
34	Контрольная годовая работа.

### **Основные умения и навыки которые должны быть сформированы у учащихся по окончанию изучения курса ОБЖ (10-11 классов)**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускники должны знать:

1. Основные правила безопасности поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;

2. Организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера том числе организационные основы борьбы с терроризмом;

3. Основные принципа здорового образа жизни;

4. Правила «оказания первой медицинской помощи»;

5. Основы обороны государственной и военной службы;

6. Боевые традиции Вооружённых Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации;

7. Правила безопасности дорожного движения для пешеходов, пассажиров, велосипедистов и водителей транспортных средств;

Выпускники должны уметь:

1. Предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;

2. Грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
3. Оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
4. Выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);
5. Соблюдать ПДД для пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств;
6. Адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
7. Прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях, опасного для жизни и здоровья своих и окружающих людей;
8. Пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учётом индивидуальных качеств.

Приобретённые знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного социального характерам том числе при угрозе террористического ан или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребностей соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к происхождению военной службы по призыву.