

Приложение № 18  
к образовательной программе  
среднего общего образования  
МБОУ «Лицей №39»

**Рабочая программа  
по основам безопасности  
жизнедеятельности  
для 10-11 классов**

Срок реализации программы: 2 года

**Авторы:**  
Гудков Н.В., учитель высшей категории.

Озерск  
2016

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования и Концепции Федеральной подготовки граждан российской Федерации к военной службе на период до 2020 года (Распоряжение Правительства РФ от 3 февраля 2009 г. № 134-Р), авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2012 г.

### **Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в старшей школе (10-11 классы) реализует комплексный подход к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и подготовке их к военной службе при модульной структуре содержания предмета.

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

В курсе ОБЖ для X—XI классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования осуществляются в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами: в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Обучение граждан женского пола начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы осуществляется в добровольном порядке. С ними в это время в обязательном порядке проводятся занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний.

### **Цели и задачи изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах:**

1. Изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

2. Расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование

антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике.

3. Совершенствования военно-патриотического воспитания и повышения мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно-учетным специальностям в объеме, необходимом для военной службы.

4. Распознавание и анализирование особенностей жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в различных природных условиях.

5. Окончательное формирование модели своего поведения при возникновении различных чрезвычайных ситуаций.

6. Применение в реальных природных условиях различных способов ориентирования на местности.

7. Анализирование основных направлений организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций.

8. Обоснование основного предназначения Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

9. Формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим пагубное влияние на здоровье.

10. Формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также в демографической безопасности государства.

**Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.**

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 и 11 классах в программе предусмотрено 68 часов на 2 года обучения (по 1 часу в 10 и 11 классах). Этот объем для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» определен на базовом уровне. Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с учащимися (гражданами мужского пола), не имеющими противопоказаний по состоянию здоровья, учебных сборов в течение 5 дней (изучается раздел 7 «Основы военной службы»).

## **2. Содержание программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».**

#### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.***

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные криминогенные ситуации на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

### ***Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.***

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

### ***Современный комплекс проблем безопасности военного характера.***

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Военный конфликт, вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

## **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

### ***Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.***

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

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

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

***Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.***

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

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

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

***Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.***

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.

Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

***Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.***

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

***Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.***

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

***Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.***

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.  
Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

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

##### ***Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.***

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

##### ***Здоровый образ жизни и его составляющие.***

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотиков. Профилактика наркомании.

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

##### ***Нравственность и здоровье.***

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

#### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

##### ***Первая помощь при неотложных состояниях.***

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности.

Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой при ранениях. Понятия об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи.

Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.

Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.

Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

## **Раздел 6. Основы обороны государства**

*Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.*

Гражданская оборона - как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные виды и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности учащихся.

*Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.*

История создания Вооруженных Сил России.

Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

***Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.***

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации.

***Боевые традиции Вооруженных Сил России.***

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

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

***Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.***

Основные задачи современных Вооруженных Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

***Символы воинской части.***

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающие на предназначение воинской части и её принадлежность.

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

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

***Воинская обязанность.***

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт. Обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Организация воинского учета, основное назначение воинского учета.



Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.

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

Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основные особенности.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистов по сходным воинским должностям.

Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначения и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения.

Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к воинской службе.

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса в зависимости от возраста граждан.

#### **Учебные сборы (10 класс)**

Продолжительность учебных сборов – 5 дней.

#### **В ходе сборов изучаются:**

- Размещение и быт военнослужащих;
- Организация караульной и внутренней службы;
- Элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовки;
- Вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск.

В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Общая оценка граждан, обучающихся в образовательных учреждениях, заносится в классный журнал с пометкой «Учебные сборы», которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения в образовательном учреждении.

### **3. Тематическое планирование**

#### **10 класс**

<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>
Основы безопасности личности, общества, государства. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	15

	1
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	4
Обеспечение военной безопасности государства	14
<b>Итого:</b>	34
Учебные сборы	35

### 11 класс

Содержание программы	Количество часов
Основы безопасности личности, общества, государства.	10
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14
Обеспечение военной безопасности государства	10
<b>Итого:</b>	34

## Календарно-тематическое планирование

### 10 класс

№ урока	Содержание учебного материала	Количество часов
	<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства.</b>	<b>14</b>
	<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>	<b>6</b>
	<b>Тема 1: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».</b>	<b>3</b>
1	Практическая подготовка к автономному пребыванию человека в природной среде.	1
2	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	1
3	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	1
	<b>Тема 2: «Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций».</b>	<b>2</b>
4	ЧС природного характера и возможные их последствия. Правила поведения населения в условиях ЧС природного характера.	1
5	ЧС техногенного характера и возможные последствия. Правила поведения населения при ЧС техногенного характера.	1
	<b>Тема 3: Современный комплекс проблем безопасности военного характера.</b>	<b>1</b>
6	Военные угрозы национальной безопасности РФ. Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	1
	<b>Раздел 2: «Защита населения России от ЧС природного и техногенного характера.</b>	<b>2</b>
	<b>Тема 4: «Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от ЧС природного и техногенного характера».</b>	<b>2</b>

7	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС.	1
8	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи.	1
	<b>Раздел 3: «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ».</b>	<b>6</b>
	<b>Тема 5: «Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства».</b>	<b>2</b>
9	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность.	1
10	Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления действия террористической и экстремистской деятельности.	1
	<b>Тема 6: «Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ».</b>	<b>1</b>
11	Положения Конституции РФ и других нормативных актов по противодействию экстремизму и терроризму. Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.	1
	<b>Тема 7: «Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму».</b>	<b>1</b>
12	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического и антиэкстремистского поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения.	1
	<b>Тема 8: «Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности».</b>	<b>1</b>
13	Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.	1
	<b>Тема 9: «Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта».</b>	<b>1</b>
14	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	1
	<b>Модуль 2: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».</b>	<b>5</b>
	<b>Раздел 4: «Основы здорового образа жизни».</b>	<b>5</b>
	<b>Тема 10: «Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний».</b>	<b>2</b>
15	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности.	1
16	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1
	<b>Тема 11: «Здоровый образ жизни и его составляющие».</b>	<b>3</b>
17	Здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1
18	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1
19	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1
	<b>Модуль 3. «Обеспечение военной безопасности государства».</b>	<b>15</b>

	<b>Раздел 6: «Основы обороны государства»</b>	<b>15</b>
	<b>Тема 12. «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны».</b>	<b>6</b>
20	Гражданская оборона –составная часть обороноспособности страны.	1
21	Основные виды оружия и их поражающие факторы.	1
22	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени.	1
23	Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.	1
24	Средства индивидуальной защиты.	1
25	Организация ГО в ООУ.	1
	<b>Тема 13: « ВС РФ –защитники нашего Отечества».</b>	<b>3</b>
26	История создания ВС РФ.	1
27	Памяти поколений – дни воинской славы	1
28	Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ.	1
	<b>Тема 14: «Виды и рода войск ВС РФ».</b>	<b>5</b>
29	Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.	1
30	Военно-воздушные силы (ВВС), ВДВ, их состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-воздушных сил и ВДВ.	1
<b>31</b>	Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-морского флота.	1
32	Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), космические, войска воздушно-космической обороны, их состав и предназначение, вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.	1
33	Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ.	1
	<b>Тема 15: «Боевые традиции ВС РФ».</b>	<b>1</b>
34	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	1

	<b>Учебные сборы</b>	<b>35</b>
	<b>Тема 1: «Военнослужащие и взаимоотношения между ними».</b>	<b>3</b>
1.	Права, обязанности и ответственность военнослужащих.	1
2.	Взаимоотношения между военнослужащими.	1
3.	Обязанности солдата (матроса).	1
	<b>Тема 2: «Внутренний порядок».</b>	<b>6</b>
4.	Размещение военнослужащих.	1
5.	Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих.	1
6.	Суточный наряд. Обязанности дневального по роте.	1
7.	Организация караульной службы. Часовой, обязанности часового.	1
8.	Охрана здоровья военнослужащих.	1
9.	Основные мероприятия, проводимые в частях и подразделениях,	1

	по обеспечению безопасности военной службы.	
	<b>Тема 3: «Строевая подготовка».</b>	<b>6</b>
10.	Строи и управления ими.	1
11.	Строевые приемы и движение без оружия.	1
12.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	1
13.	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	1
14.	Строи отделения. Развернутый строй, походный строй.	1
15.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	1
	<b>Тема 4: «Огневая подготовка».</b>	<b>6</b>
16.	Устройство стрелкового оружия, основные правила, приемы и способы стрельбы из него.	1
17.	Устройство ручных боевых гранат, требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	1
18.	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1
19.	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1
20.	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1
21.	Требования к выполнению метания ручных имитационных гранат.	1
	<b>Тема 5: «Тактическая подготовка».</b>	<b>6</b>
22.	Современный общевойсковой бой. Обязанности солдата в бою.	1
23.	Основные приемы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия.	1
24.	Способы передвижения солдата в бою.	1
25.	Приемы и правила стрельбы в бою.	1
26.	Последовательность инженерного оборудования одиночного окопа.	1
27.	Способы ориентирования на местности.	1
	<b>Тема 6: «Физическая подготовка».</b>	<b>5</b>
28.	Гимнастика и атлетическая подготовка.	1
29.	Преодоление препятствий.	1
30.	Ускоренное передвижение, легкая атлетика.	1
31.	Комплексные учебно-тренировочное занятие.	1
32.	Комплексные учебно-тренировочное занятие.	1
	<b>Тема 7: «Военно-медицинская подготовка».</b>	<b>2</b>
33.	Правила оказания первой помощи при ранениях.	1
34.	Правила оказания первой помощи при ожогах, острых отравлениях, отморожении.	1
	<b>Тема 8: «Радиационная, химическая и биологическая защита войск».</b>	<b>1</b>
35.	Табельные средства индивидуальной защиты военнослужащих от оружия массового поражения.	1

## 11 класс

№ урока	Содержание учебного материала	Количество о часов
	<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства.</b>	<b>6</b>
	<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности.</b>	<b>3</b>
	<b>Тема 1: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».</b>	<b>3</b>
1	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.	1
2	Обеспечение личной безопасности на водоёмах.	1
3	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	1
	<b>Тема 2: «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации»</b>	<b>3</b>
4	Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи. Контртеррористическая операция и условия её проведения.	1
5	Правовой режим контртеррористической операции. Применение и участие ВС РФ в борьбе с терроризмом	1
6	Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.	1
	<b>Модуль 2: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».</b>	<b>10</b>
	<b>Раздел 4: «Основы здорового образа жизни».</b>	<b>4</b>
	<b>Тема 3: «Нравственность и здоровье».</b>	<b>4</b>
7	Правила личной гигиены.	1
8	Нравственность и здоровый образ жизни.	1
9	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.	1
10	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	1
	<b>Раздел 5: «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи».</b>	<b>6</b>
	<b>Тема 4: «Первая помощь при неотложных состояниях».</b>	<b>6</b>
11	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при остановке сердца.	1
12	Первая помощь при ранениях. Основные правила оказания первой помощи.	1
13	Правила остановки артериального кровотечения.	1
14	Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	1
15	Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.	1
16	Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.	1

	<b>Модуль 3. «Обеспечение военной безопасности государства».</b>	<b>18</b>
	<b>Раздел 6: «Основы обороны государства».</b>	<b>9</b>
	<b>Тема 5: «ВС РФ – основа обороны государства».</b>	<b>1</b>
17	Основные задачи современных ВС РФ. Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.	1
	<b>Тема 6: «Символы воинской чести».</b>	<b>2</b>
18	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	1
19	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды.	1
	<b>Тема 7: «Воинская обязанность».</b>	<b>6</b>
20	Основные понятия о воинской обязанности.	1
21	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	1
22	Обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1
23	Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям.	1
24	Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учет	1
25	. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе.	1
	<b>Раздел 7 «Основы военной службы»</b>	<b>9</b>
	<b>Тема 8. «Особенности военной службы»</b>	<b>3</b>
26	Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права	1
27-28	Общевойсковые уставы. Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. Устав гарнизонной, комендантской и караульной службы ВС РФ. Строевой Устав ВС РФ.	2
29	<b>Тема 9. «Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества»</b>	<b>3</b>
	Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.	1
30	Военнослужащий - патриот. Честь и достоинство военнослужащего ВС. Военнослужащий – специалист своего дела. Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов и приказы.	1
31	Основные обязанности военнослужащего	1
	<b>Тема 10. «Ритуалы ВС РФ»</b>	<b>1</b>
32	Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства). Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ.	1

	<b>Тема 11. «Прохождение военной службы по призыву»</b>	<b>1</b>
33	Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих.	1
	<b>Тема 12. «Прохождение службы по контракту»</b>	<b>1</b>
34	Особенности военной службы по контракту (заключение контракта). Особенности военной службы по контракту (прохождение службы по контракту). Особенности военной службы по контракту (расторжение контракта). Альтернативная гражданская служба (условия и причины прохождения). Альтернативная гражданская служба (ответственность за невыполнение службы)	1

#### **4. Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

***знать/понимать:***

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

***уметь:***

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;



- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

***использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:***

- ведения здорового образа жизни;  
- оказания первой медицинской помощи;  
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;

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

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

## **5. Характеристика контрольно-измерительных материалов**

Проверка и оценка знаний проходит в ходе текущих занятий в устной или письменной форме. Письменные работы проводятся по значимым вопросам темы или раздела курса ОБЖ. Контрольные письменные работы проводятся после изучения разделов программы курса ОБЖ в конце четверти и учебного года. В курсе ОБЖ может использоваться зачетная форма проверки знаний.

Преподавание ОБЖ, как и других предметов, предусматривает индивидуально - тематический контроль знаний учащихся. Причем при проверке уровня усвоения материала по каждой достаточно большой теме обязательным является оценивание двух основных элементов: теоретических знаний и умений применять их при выборе практических.

Для контроля знаний по ОБЖ используются различные виды работ (тесты, экспресс- опросы, самостоятельные, проверочные, контрольные, практические, ситуационные задачи)

### **Оценка устных ответов обучающихся**

Оценка «5» ставится в том случае, если обучающийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между

изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Оценка «3» ставится, если обучающийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Оценка «2» ставится, если обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения. Ниже приведены обобщенные планы основных элементов

#### **Оценка письменных контрольных работ**

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

#### **Оценка практических работ**

Оценка «5» ставится, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности

действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня, как по объему, так и глубине.

## 6. Учебно-методическое обеспечение предмета

### Средства оснащения ОБЖ.

№ п/п	Наименование
<b>1. Нормативно-правовые документы.</b>	
1	Конституция РФ
2	Закон «Об образовании»
3	Концепция противодействия терроризму в РФ.
4	Постановление Правительства РФ от 30.12.2007 г. № 804 «О единой государственной предупреждения и ликвидации ЧС»
5	Стратегия национальной безопасности
6	Федеральный закон «О безопасности».
7	Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
8	ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС техногенного и природного характера»
9	Федеральный закон «О гражданской обороне»
10	Федеральный закон «О пожарной безопасности»
11	Федеральный закон «О противодействии терроризму»
12	ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»
13	ФЗ «О аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»
14	ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»
15	Общевоинские уставы ВС РФ
16	ФЗ «Об обороне»
17	Положение о порядке прохождения альтернативной гражданской службы
18	Военная доктрина РФ
19	Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы»
20	Указ Президента РФ «О военной форме одежды, знаках различия военнослужащих»

	и ведомственных знаках отличия»
21	ФЗ «Об альтернативной гражданской службе»
22	ФЗ «О днях воинской славы и памятных датах России»
23	ФЗ «О статусе военнослужащих»
24	Правила дорожного движения РФ

### **Основная и дополнительная литература**

1. Альтшулер В.М. Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей /В.М. Альтшулер, А.В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2012.
2. Армия государства Российского и защита Отечества /под ред. В.В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2014.
3. Байер К. Здоровый образ жизни/ К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 2007.
4. Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М.: Военный университет, 2010.
5. Военный энциклопедический словарь. – М.: Военное издательство, 2012
6. Гражданская защита. Энциклопедия. в 4 т. /под ред. С.К.Шойгу. – М.:Московская типография № 2, 2012.