


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей»

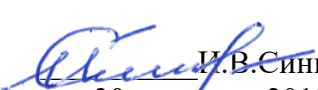
СОГЛАСОВАНО

Председатель ЛМО учителей
естественных наук


И.В.Кленова
« 30 » августа 2019 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР


И.В.Синицкая
« 30 » августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


С.К.Беляевская
« 30 » августа 2019 г.

**Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности
10 – 11 класс**

(кол-во часов в неделю 1, 34 часа в год в 10-м классе, 33 часа в год в 11 классе)

Учебник: под редакцией А.Т.Смирнова

Программа: под редакцией А.Т.Смирнова

Учитель: Бабич Е.А.

г. Реутов
2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов уровня среднего общего образования разработана в соответствии с ФГОС СОО, положениями Конституции РФ и федеральными законами РФ в области безопасности жизнедеятельности.

Рабочая программа составлена на основе комплексной программы по «Основам безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова. Изучение курса предусмотрено в объеме 1 раз в неделю, 34 учебных часа в год в 10 классе, 1 час в неделю, 33 учебных часа в год в 11 классе. В 10 классе предусмотрено проведение учебных сборов в объеме 35 часов, в течение которых обучающиеся закрепляют и совершенствуют знания и умения по основам военной подготовки (строевая, огневая и тактическая подготовка), а также знакомятся с бытом военнослужащих. Раздел «Основы военной службы» изучается только юношами. Девушки в это время занимаются по программе изучения основ медицинских знаний.

Состав УМК

Рабочая программа основана на учебно-методическом комплекте под редакцией А.Т.Смирнова:

- А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник 10 класс (базовый уровень).
- А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник 11 класс (базовый уровень).

Цели и задачи учебного курса:

Целью изучения и освоения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО.

«Основы безопасности жизнедеятельности» как учебный предмет **обеспечивает:**

- сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;
- знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
- умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы;
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее Вооруженным Силам;
- изучение гражданами основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы;
- приобретение навыков в области гражданской обороны;
- изучение основ безопасности военной службы, основ огневой, индивидуальной тактической и строевой подготовки, сохранения здоровья в период прохождения военной службы и элементов медицинской подготовки, вопросов радиационной, химической и

биологической защиты войск и населения.

**Учебно-тематический план
10 класс**

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Тема раздела	Кол-во часов
1.	Основы комплексной безопасности	8	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
			Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2
			Современный комплекс проблем безопасности социального характера	2
2.	Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций	2	Нормативно-правовая база и организация основы по защите населения ЧС	2
3.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	5	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	2
			Нормативно правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	1
			Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	1
			Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	1
4.	Основы здорового образа жизни	3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	1
			Здоровый образ жизни и его составляющие	2
5.	Основы обороны государства	16	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	5
			Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества	3
			Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск	5
			Боевые традиции Вооруженных Сил России	3
Итого				34

11 класс

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Тема раздела	Кол-во часов
1..	Основы здорового образа жизни	10	Основы здорового образа жизни	6
			Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	4
3.	Основы военной	23	Воинская обязанность	9

	службы	Особенности военной службы	8
		Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил	6
Итого:			33

Планируемые предметные результаты изучения курса

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

Выпускник на базовом уровне научится:

Основы комплексной безопасности

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

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

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы

индивидуального дозиметрического контроля;

- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней

террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

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

инфекционных заболеваний;

- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

Основы обороны государства

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

Правовые основы военной службы

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;

- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

Элементы начальной военной подготовки

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;

- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

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

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

Основы комплексной безопасности

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

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

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

Основы обороны государства

- *Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;*
- *приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию.*

Элементы начальной военной подготовки

- *Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;*
- *определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;*
- *выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;*
- *выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;*
- *описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;*
- *выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;*
- *описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;*
- *выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).*

Военно-профессиональная деятельность

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

Характеристика контрольно-измерительных материалов

- тестовое задание
- самостоятельная работа (воспроизводящая; реконструктивно – вариативная; эвристическая; творческая.)
- зачет (устный, письменный).
- письменная проверочная работа
- карточки - задания

Содержание учебного материала

10 класс

Модуль 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Раздел 1. ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. ЧС природного характера и их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. ЧС техногенного характера и их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности военного характера. Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооружённых конфликтов.

Раздел 2. ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ РФ ОТ ЧС ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

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 РФ

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 терроризмом и экстремизмом в РФ. Основные положения Конституции РФ, 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.

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 мышления.

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Модуль 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Раздел 4. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на здоровье человека. Значение двигательной активности и физкультуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Модуль 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Раздел 6. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона. Основные виды оружия и их поражающие свойства. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ).

Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. История создания Вооружённых Сил РФ. Памяти поколений – дни воинской славы России. Состав Вооружённых Сил РФ и управление Вооружёнными Силами РФ.

Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации. Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника СВ. Воздушно-космические силы (ВКС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС. 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. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооружённых Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Раздел 7. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Размещение и быт военнослужащих. Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.

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

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

Огневая подготовка. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

11 класс

Модуль 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Раздел 1. ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при

пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоемах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.

Раздел 3. ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ТЕРРОРИЗМУ И ЭКСТРЕМИЗМУ В РФ

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ. Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи. Контртеррористическая операция и условия ее проведения. Правовой режим контртеррористической операции. Роль и место ГО в противодействии терроризму. Применение Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом. Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Модуль 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Раздел 4. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Нравственность и здоровье. Правила личной гигиены. Нравственность и здоровый образ жизни. Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекция и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Раздел 5. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Первая помощь при неотложных состояниях. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при ранениях. Основные правила оказания первой помощи. Правила остановки артериального кровотечения. 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 травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Первая помощь при остановке сердца.

Модуль 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Раздел 6. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА

Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства. Основные задачи современных Вооружённых Сил. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды.

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям. Подготовка граждан по военно-учётным специальностям. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе.

Раздел 7. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Особенности военной службы. Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы. Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.

Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества. Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Военнослужащий – патриот. Честь и достоинство военнослужащего ВС РФ. Военнослужащий – специалист своего дела. Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Основные обязанности военнослужащих.

Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации. Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства). Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

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

Прохождение военной службы по контракту. Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

Результаты обучения

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классах ученик должен знать / понимать:

Учащийся должен уметь:

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

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

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