

## **Пояснительная записка**

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом, примерной программы среднего полного образования по предметной линии учебников под редакцией А.Т.Смирнова, Москва «Просвещение», 2019 г.

### **Планируемые результаты изучения предмета «основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе**

#### **Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;

- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;

- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;

- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;

- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;

- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;

- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять права покупателя;

- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;

- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;

- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;

- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;

- оказывать первую помощь при коме;

- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;

- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;

- *усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;*
- *исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;*
- *творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.*

### ***Особенности учебно-исследовательской деятельности и проектной работы старшеклассников***

На уровне среднего общего образования исследование и проект приобретают статус инструментов учебной деятельности полидисциплинарного характера, необходимых для освоения социальной жизни и культуры.

На уровне среднего общего образования проект реализуется самим старшеклассником или группой обучающихся. Они самостоятельно формулируют предпроектную идею, ставят цели, описывают необходимые ресурсы и пр.

## **Содержание курса**

### **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. 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.

## **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 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.

### **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.**

#### **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.

## **Раздел 7. Основы военной службы**

### ***Размещение и быт военнослужащих***

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

### ***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.

### ***Строевая подготовка***

Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на



месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй.  
Подход к начальнику и отход от него

Строй отделения, развёрнутый строй, походный строй.  
Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

### ***Огневая подготовка***

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

### ***Тактическая подготовка***

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

### ***Особенности военной службы***

Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего.  
Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы.

Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации. Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации.

Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

### ***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 Вооружённых Сил Российской Федерации.

Военнослужащий — специалист своего дела. Военнослужащий —

подчинённый, 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

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага РФ

### ***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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

Наименование темы	Из них			Основные виды деятельности
	ФГОС	Практ. работы	Контр. работы	
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	12			
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	2			
<b>Модуль 3. Обеспечение безопасности государства</b>	21			
<b>Итого</b>	<b>35</b>			

### Поурочное планирование 10 класс

№ Ур.	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Основные виды деятельности
	<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>12</b>	
	<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</i>	<b>6</b>	
	<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>	<b>3</b>	
1 2 3	Автономное пребывание человека в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.		Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.
	<b>Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>2</b>	

4	Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера.		Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности.
5	Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера		
	<b>Современный комплекс проблем безопасности социального характера</b>	<b>1</b>	
6	Военные опасности и военные угрозы Российской Федерации в современном мире, оборона страны		Опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий.
	<i>Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций</i>	<b>1</b>	
	<b>Нормативно- правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>	<b>1</b>	
7	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи		Структура и значение РСЧС для обеспечения безопасности населения в условиях ГО и ЧС
	<i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	<b>5</b>	

	<b>Терроризм и экстремизм – их причины и последствия</b>	<b>2</b>	
8 9	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Экстремизм и экстремистская деятельность		Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.
	<b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>	<b>1</b>	
10	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения		Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.
	<b>Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности</b>	<b>1</b>	
11	Уголовная ответственность за террористическую деятельность		Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность.
	<b>Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта</b>	<b>1</b>	
12	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта		Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.
	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>	
	<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>	<b>1</b>	
	<b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>1</b>	
13	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика		Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни..
	<b>Здоровый образ жизни и его составляющие</b>	<b>1</b>	
14	Вредные привычки и их влияние на здоровье.		Факторы и привычки, разрушающие здоровье, профилактика вредных привычек

	Профилактика вредных привычек		
	<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>	<b>21</b>	
	<i>Раздел 6. Основы обороны государства</i>	<b>11</b>	
	<b>Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны</b>	<b>2</b>	
15	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени		Условия применения режима гражданской обороны, инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ)
16	Средства индивидуальной защиты		
	<b>Вооруженные силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества</b>	<b>1</b>	
17	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации		Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. <i>Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.</i>
	<b>Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации</b>	<b>6</b>	
18	Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.		Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. <i>Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.</i>
19	Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.		
20	Военно-морской флот (ВМФ), его состав и		

21	предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.		
22	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.		
23	Воздушно-космической силы (ВКС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС		
	<b>Боевые традиции Вооружённых Сил России</b>	<b>2</b>	
24	Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества.		Значение психологической составляющей для успешного выполнения служебных и боевых задач
25	Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений		
	<i>Раздел 7. Основы военной службы</i>	<b>10</b>	
	<b>Размещение и быт военнослужащих</b>	<b>1</b>	
26	Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок.		Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Режим дня военнослужащих
	<b>Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда</b>	<b>3</b>	
27	Суточный наряд. Общие положения.		Обязанности дежурных, дневальных и вступающих в наряд военнослужащих
28	Обязанности дежурного по роте.		
29	Обязанности дневального по роте		

	<b>Организация караульной службы</b>	<b>1</b>	
30	Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового		Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового на посту
	<b>Строевая подготовка</b>	<b>2</b>	
31	Строи и управление ими. Строевые приёмы и движения без оружия.		Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения.
32	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.		
	<b>Огневая подготовка</b>	<b>2</b>	
33	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата		Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. <i>Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе.</i> Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.
34	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.		
	<b>Тактическая подготовка</b>	<b>1</b>	
35	Современный бой. Обязанности солдата в бою		Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>	



## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11 КЛАСС

Наименование темы	Из них			Основные виды деятельности
	ФГОС	Практ. работы	Контр. работы	
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	7			
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	7			
<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>	20			
<b>Итого</b>	<b>34</b>			

### Поурочное планирование 11 класс

№ урока	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	
	<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>7</b>	
	<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</i>		
	<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>	<b>4</b>	
1	Правила личной безопасности при пожаре.		Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность
2	Обеспечение личной безопасности на водоёмах.		
3	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях		
4	Обеспечение личной безопасности в сфере современных молодёжных увлечений		
	<b>Организационные основы системы</b>	<b>3</b>	

	<b>противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		
5	Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи		Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.
6	Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом		
7	Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны		
	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>7</b>	
	<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>		
	<b>Нравственность и здоровье</b>	<b>3</b>	
8	Нравственность и здоровый образ жизни. Инфекции, передающиеся половым путём. Меры их профилактики		Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни. ВИЧ и СПИД.
9	Понятие о ВИЧ-инфицировании и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.		
10	Семья в современном обществе. Законодательство и семья		
	<i>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>		
	<b>Первая помощь при неотложных состояниях</b>	<b>4</b>	
11	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте		Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков
12	Правила остановки артериального кровотечения		
13	Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.		
14	Первая помощь при остановке сердца		

			безопасности медицинского и санитарного назначения.
	<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>	<b>20</b>	
	<i>Раздел 6. Основы обороны государства</i>		
	<b>Вооруженные силы Российской Федерации - основа обороны государства</b>	<b>1</b>	
15	Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации		Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Ее использование и факторы применения
	<b>Символы военной чести</b>	<b>2</b>	
16	Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.		Показать значимость символов военной чести.
17	Ордена — почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		
	<b>Воинская обязанность</b>	<b>3</b>	
18	Основные понятия о воинской обязанности.		Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.
19	Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.		
20	Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе		
	<i>Раздел 7. Основы военной службы</i>		
	<b>Особенности военной службы</b>	<b>4</b>	

21	Общевоинские уставы. Устав внутренней службы		Значение устава и его основные положения
22	Вооружённых Сил Российской Федерации		
23	Дисциплинарный устав Вооружённых Сил РФ		
24	Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации		
	<b>Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества</b>	<b>4</b>	
25	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.		Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего
26	Военнослужащий — патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил РФ		
27	Военнослужащий — специалист своего дела.		
28	Военнослужащий — подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		
	<b>Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации</b>	<b>4</b>	
29	Порядок вручения Боевого знамени воинской части.		Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей военной службы
30	Порядок приведения к Военной присяге (принесения обязательства).		
31	Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.		
32	Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации		
	<b>Прохождение военной службы по призыву</b>	<b>1</b>	
33	Призыв на военную службу.		Призыв граждан на военную

	Порядок прохождения военной службы.		службу.
	<b>Прохождение военной службы по контракту</b>	<b>1</b>	
34	Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба		Поступление на военную службу по контракту. Альтернативная военная служба
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

## Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий учебную программу.

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2016.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2016.
3. Смирнов А.Т., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы книга для учителя: М. Просвещение» 2001 г.

### Использование Интернета для подготовки уроков ОБЖ

- <http://www.edu-navigator.ru/cat/11500/1> - Каталог ресурсов по ОБЖ;
- <http://www.znakcomplect.ru/school/school7.php> - Охрана труда в образовании;
- <http://www.afestival.1september.ru/subjects/12> - Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ;
- <http://www.uroki.net/dokobgd/htm> – Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;
- [http://www.4students.ru/search.asp?id\\_subject=20](http://www.4students.ru/search.asp?id_subject=20) – Рефераты по безопасности жизнедеятельности;