**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по ОБЖ**

**10-11 класс**

*Специализированное структурное образовательное подразделение – средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением иностранного языка при Постоянном представительстве России при Отделении ООН и других международных организациях в Женеве, Швейцария*

1. **Пояснительная записка**

Данная программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по ОБЖ. Рабочая программа разработана на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. А. Маслов, В. А. Васнев), напечатанной в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 10–11 классы» / под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2012г..

Рабочая программа рассчитана на 70 учебных часов по одному часу в неделю в 10 и 11 классах.

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ, которые определены стандартом.

Рабочая программа по ОБЖ для 10 - 11 классов представляет собой целостный документ, включающий разделы:

1. пояснительную записку, в которой конкретизируются общие цели основного общего образования с учётом специфики учебного предмета;
2. общую характеристику учебного предмета;
3. описание места учебного предмета в учебном плане;
4. результаты освоения учебного предмета;
5. содержание учебного предмета;
6. тематическое планирование;
7. описание учебно – методического и материально – технического обеспечения образовательного процесса;

8) планируемые результаты изучения учебного предмета

**Цель:** воспитание личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

**Задачи:**

* освоение обучающимися знаний о безопасности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
* воспитание ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;
* развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма;
* формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоро­вья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использова­ния средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой меди­цинской помощи при неотложных ситуациях;

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные обучающимися в основной общеобразовательной школе, способствует формированию у них цельного представления о безопасности жизнедея­тельности личности, общества и государства, поможет определить направление самостоятельной подготовки к выбранной профессиональной деятельности.

1. **Общая характеристика учебного предмета;**

Структурно в программе представлены четыре раздела и одиннадцать тем.

Раздел I «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных си­туациях» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых, в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Раздел состоит из двух обобщающих тем.

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из четырех тем.

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основ­ных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молоде­жи к военной службе и основы её безопасности. Раздел состоит из одиннадцати тем.

Раздел IV «Современный комплекс проблем безопасности» предназначен для формирования знаний проблем безопасности новой эпохи. Раздел состоит из шести тем.

Программа предусматривает использование учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10,11 классов общеобразовательных учреждений А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. – М: Просвещение, 2008год.

Содержание программы выстроено по трем линиям:

* безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях;
* основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
* основы военной службы, современный комплекс проблем безопасности

1. **Место предмета в базисном учебном плане**

Федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классе в количестве 70часов

**Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

* умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
* использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
* участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
* поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
* оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
* умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
* осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

**Методы, технологии и формы контроля.**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

- выделение характерных причинно-следственных связей;

- творческое решение учебных и практических задач;

- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;

- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;

- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

**Формы занятий**, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;

- семинары и круглые столы;

- индивидуальные консультации;

- учебные сборы на базе воинской части по основам военной службы с учащимися - юношами 10 классов;

- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

**Формы контроля.** Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Большое внимание уделяется практическим работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

**5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ(10-11класс)**

1. **Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях (20 ч)**
2. ***Опасные и чрезвычайные ситуации, возника­ющие в повседневной жизни, и правила безопас­ного поведения***

Правила поведения в условиях вынужденной ав­тономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях чрезвычайных си­туаций природного и техногенного характера. Единая государственная система предупрежде­ния и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты Рос­сийской Федерации по обеспечению безопасности.

**2).** **Гражданская оборона — составная часть оборо­носпособности страны**

Гражданская оборона, основные понятия и опре­деления, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения, их поража­ющие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуа­циях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в общеобра­зовательном учреждении

***II. Основы обороны государства (21 ч)***

**3) *Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества***

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации*.* Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение*.* Функции и основные задачи современных Во­оруженных Сил России, их роль и место в систе­ме обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил*.* Другие войска, их состав и предназначение*.*

**4) Боевые традиции Вооруженных Сил России**

Патриотизм и верность воинскому долгу — каче­ства защитника Отечества. Памяти поколений — дни воинской славы Рос­сии. Дружба, войсковое товарищество — основа бое­вой готовности частей и подразделений.

**5) *Символы воинской чести***

Боевое Знамя воинской части — символ воин­ской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отли­чия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федера­ции.

***III. Основы военной службы (20ч.)***

**6) *Основы подготовки граждан к военной службе***

Начальная военная подготовка в войсках. Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного на­ряда. Организация караульной службы, обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка.

***IV . Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни (7ч.)***

**7) Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их клас­сификация и профилактика

**8**)***Основы здорового образа жизни.***

Здоровый образ жизни и его составляющие*.* Биологические ритмы и их влияние на работо­способность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека*.* Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

**11 класс**

***I. Основы военной службы (29 ч)***

**1**). **Особенности воинской службы**

Военная служба — особый вид федеральной госу­дарственной службы. Подтема: Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации и федераль­ные законы, определяющие правовые основы военной службы (законы: «Об обороне», «О ста­тусе военнослужащих», «О воинской обязанно­сти и воинской службе»). Общевоинские уставы Вооруженных Сил Рос­сийской Федерации — закон воинской жизни . Военная присяга — клятва воина на верность Ро­дине — России. Военные аспекты международного гуманитарно­го права. Основные виды воинской деятельности. Подтема: Особенности прохождения военной службы по призыву. Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по при­зыву. Размещение и быт военнослужащих. Статус военнослужащего, его права и свободы, льготы, предоставляемые военнослужащим, про­ходящим военную службу по призыву. Обязанности военнослужащих. Ответственность военнослужащих. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Подтема: Особенности прохождения военной службы по контракту. Поступление граждан на военную службу по кон­тракту. Требования, предъявляемые к гражданину, по­ступающему на военную службу по контракту. Подготовка военных кадров. Военное образова­тельное учреждение высшего профессионального образования. Порядок подготовки и поступления в военные образовательные учреждения. Порядок проведения профессионального отбора кандидатов для зачисления в военные учебные заведения. Подтема: Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок (ритуал) вручения личному составу во­оружения и военной техники. Порядок (ритуал) проводов военнослужащих, уволенных в запас. Подтема: Практические занятия (собеседования} для закрепления изученного материала. Военная служба и ее особенности. Статус военнослужащего, его права, свободы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил — за­конодательная основа жизнедеятельности воен­нослужащих. Основные положения Международного гумани­тарного права. Порядок призыва на военную службу. Обязанность и ответственность военнослужащих.

**2)*. Военнослужащий — вооруженный защитник Отечества.***

Военнослужащий — патриот, с честью и досто­инством несущий звание защитника Отечества***.*** Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой***.*** Требования воинской деятельности, предъявляе­мые к моральным и индивидуально-психологи­ческим качествам гражданина***.*** Военнослужащий — подчиненный, строго соблю­дающий Конституцию и законы Российской Фе­дерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации***.*** Подтема: Альтернативная гражданская служба***.*** Альтернативная гражданская служба, общие по­нятия***.*** Права, обязанности и ответственность граждан, проходящих альтернативную гражданскую службу***.*** Общие требования, предъявляемые к военнослу­жащему как защитнику Отечества (практические занятия, собеседования)

**3)  *Основы военного дела***

Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназна­чение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к индивидуально-психологическим качествам военнослужащих по сходным воин­ским должностям. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Обучение по программе подготовки офицеров за­паса на военных кафедрах. Основы прикладной физической подготовки. Особенности физической подготовки в видах и родах войск Вооруженных Сил РФ. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет (практические занятия, консультации у специа­листов для определения пригодности к военной службе в определенном виде, роде войск). Порядок предоставления отсрочки от призыва гражданам, признанным временно непригодны­ми к военной службе. Военно-профессиональная ориентация молоде­жи, ее цели и задачи. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Общие требования к безопасности военной службы. Предупреждение гибели и травматизма военно­служащих. Медицинское обеспечение военной службы. Обеспечение пожарной безопасности. Обеспечение экологической безопасности де­ятельности войск. Обязательное государственное страхование жиз­ни и здоровья военнослужащих.

**4) *Строевая подготовка***

Элементы строя.Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Повороты в движении. Выход из строя. Постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.

***II. Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни (5ч)***

**1) *Основы здорового образа жизни.***

Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Формирование пра­вильного взаимоотношения полов. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИД е, меры про­филактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательст­во и семья.

1. ***Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи***

Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при острой сердеч­ной недостаточности. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**(10 КЛАСС)**

**Раздел I. Безопасность и зашита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

**1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседнев­ной жизни, и правила безопасного поведения**

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных  
условиях.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе.

1.2. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профи­лактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного суще­ствования.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасно­го поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязан­ности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на до­рогах.

1.4. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возмож­ных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспор­те, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.5. Правила личной безопасности при угрозе террористи­ческого акта.

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.

1.6.Уголовная ответственность за участие в террорис­тической деятельности

Уголовная ответственность за подготовку и совершение тер­рористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная от­ветственность за захват заложников, за заведомо ложное сообще­ние об акте терроризма, за организацию незаконного вооружен­ного формирования или участие в нем.

1.7. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолет­них. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в маршрутном транспорте. Уголовная ответствен­ность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение пра­вил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

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

2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, ополз­ни и обвалы, лесные пожары — опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера — геологического, метеорологического, гидрологического и биоло­гического происхождения.

2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, при­чины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опас­ном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

2.3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и  
техногенного характера, наиболее вероятных в Тамбовской области.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера.**

3.1. Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооруженных кон­фликтов

Военные угрозы национальной безопасности России. Нацио­нальные интересы России в военной сфере, защита ее независи­мости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

3.2. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Виды террористических актов, их цели и способы осу­ществления.

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Междуна­родный терроризм как социальное явление. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный тер­роризм.

3.3. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в  
области безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации  
чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие нрава и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, по­ложения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Феде­ральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безо­пасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии тер­роризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решае­мые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

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

4.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая часть подготовки человека к профессиональной деятельности.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физичес­кое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходи­мость сохранения и укрепления здоровья — социальная потреб­ность общества.

4.2. Инфекционные заболевания, их классификация.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм пере­дачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний.

4.3 Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний.

Понятие об имму­нитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных забо­леваний.

**5. Основы здорового образа жизни**

5.1. Здоровый образ жизни, понятия и определения, составляющие ЗОЖ.

Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

5.2. Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность.

Основные понятия о биологических ритмах человека. Влия­ние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности чело­века. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспо­собности.

5.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здо­ровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспо­собности и долголетия.

Двигательная активность и её преимущества. Физическая культура и её положительное влияние на здоровье человека.

5.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

5.5.-5.6. Алкоголизм и курение, их профилактика.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социаль­ные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его со­ставные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

5.7. Наркомания – прямая угроза жизни и здоровью человека.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркома­нии, чистота и культура в быту.

**6. Гражданская оборона** - **составная часть обороноспособности страны**

6.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи граж­данской обороны.

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

6.2.-6.3. Современные средства поражения, их поражающие факторы и мероприятия по защите.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современ­ных средств поражения.

6.4. Оповещение и информирование населения о чрезвы­чайных ситуациях военного и мирного времени.

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!» Передача речевой ин­формации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных си­туациях.

6.5. Инженерная защита населения от поражающих факторов чрезвычайных си­туаций военного и мирного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное пред­назначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

6.6.-6.7. Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их ис­пользования. Средства защиты кожи. Медицинские средства за­щиты и профилактики.

6.8. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

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

6.9. Организация гражданской обороны в общеобразова­тельном учреждении.

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

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (11 КЛАСС)**

**Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**1. Основы здорового образа жизни**

1.1Правила личной гигиены и здоровье

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

1.2 Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоот­ношения полов.

Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе моло­дому человеку для создания прочной семьи.

1.3 Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики  
Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины,

способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответст­венность за заражение венерической болезнью.

1.4 СПИД и его профилактика.

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

1.5 Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок за­ключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов.

1.6 Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей.  
Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовер­шеннолетних детей. Права и обязанности детей. Защита государства.

**2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой меди­цинской помощи**

2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте (практические занятия)

Сердечная недостаточность. Основные понятия и определения. Инфаркт. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская по­мощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте.

2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)  
Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.  
Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки.

Правила наложения жгута. Борьба с болью.

2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)  
Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппара­та. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травмах гру­ди, живота, позвоночника.

2.4 . Первая медицинская помощь при остановке сердца (практические занятия)

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клини­ческой смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

**Раздел II. Основы военной службы**

**3 Воинская обязанность**

3.1 Основные понятия о воинской обязанности

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержа­ния. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на во­енную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

1. Профессионально-психологический отбор в вооруженных силах РФ.
2. Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессио­нальным качествам молодежи призывного возраста для комплектования раз­личных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

3.4 Добровольная подготовка граждан к военной службе

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовер­шеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафед­рах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

3.5 Организация медицинского освидетельствования и медицинского  
обследования граждан при постановке на воинский учет

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обсле­дования граждан при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к во­енной службе.

3.6 Увольнение с военной службы и пребывание в запасе  
Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных сил Российской Фе­дерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

**4 Особенности военной службы**

4.1Правовые основы военной службы

Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Рос­сийской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляе­мые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные ас­пекты международного права.

4.2 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации -  
закон воинской жизни

Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Ус­тав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федера­ции, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строе­вой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и ос­новные положения.

4.3 Военная присяга - клятва воина на верность Родине - России  
Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. Исто­рия принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок при­ведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для  
выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

4.4 Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, органи­зация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предос­тавления отсрочек.

Общие, специальные и должностные обязанности военнослужащих. Раз­мещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военно­служащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Феде­рации. Военная форма одежды.

4.5 Прохождение военной службы по контракту

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требова­ния, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу но кон­тракту. Сроки военной службы. Права и льготы, представляемые военнослу­жащим, проходящим военную службу по контракту.

4.6 Права и ответственность военнослужащих

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыска­ния, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (не­выполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между во­еннослужащими, самовольное оставление части и др.).

4.7 Альтернативная гражданская служба

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтер­нативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интере­сах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

**5. Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и досто­инство воина Вооруженных Сил**

5.1 Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий зва­ние защитника Отечества

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и дос­тоинством носить своё воинское звание - защитник Отечества; любовь к Роди­не, её истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готов­ность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституци­онного строя России, народа и Отечества.

5.2 Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием  
и военной техникой.

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

5.3 Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы во­инской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необхо­димость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к воен­ной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам при­зывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинско­го коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4 Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конститу­цию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских ус­тавов, приказы командиров и начальников

Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, - постоянно поддерживать в воинском коллективе по­рядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться своим командирам и начальникам, при выполне­нии воинского долга проявлять разумную инициативу.

**5.5 Как стать офицером Российской армии**

Основные виды военных образовательных учреждений профессионально­го образования.

Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения про­фессионального образования.

Организация подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Россий­ской Федерации.

5.6 Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил  
Российской Федерации

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России

Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих опера­циях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

**6. Календарно – тематическое планирование**

**«Основы безопасности жизнедеятельности». 10 класс. 34 часа**

**Автор учебника: А.Т.смирнов**

| №  урока | Разделы, темы | Количество часов | Требования к уровню подготовки обучающихся | Домашнее задание | Дата |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения*** | ***7*** |  |  |  |
| 1 | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях | 1 | *Знать* об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.  *Уметь* называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях | § 1.1 |  |
| 2 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних | 1 | *Знать* об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.  *Уметь* использоватьполученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения | § 1.2, 1.3 |  |
| 3 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера | 1 | *Знать* потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. *Уметь* использоватьприобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в Чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера | § 1.4 |  |
| 4 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 1 | § 1.4 |  |
| 5 | Единая государственная система предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС) | 1 | *Знать* предназначение, структуру и задачи РСЧС. *Уметь* использоватьполученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи | § 1.5 |  |
| 6 | Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности | 1 | *Знать* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  *Уметь* использоватьполученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи | § 1.6 |  |
| 7 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 1 |  |
|  | ***Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны*** | ***10*** |  |  |  |
| 8 | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО | 1 | *Знать* опредназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.  *Уметь* использоватьполученные знания и умения для обеспечения личной безопасности | § 2.1 |  |
| 9 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | 1 | *Иметь представление* о современных средствах поражения и их поражающих факторах. *Уметь* предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления | § 2.2 |  |
| 10 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | 1 | § 2.2 |  |
| 11 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | 1 | § 2.2 |  |
| 12 | Оповещение и информирование населения о ЧС | 1 | *Знать* способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.  *Уметь* действовать в чрезвычайных ситуациях | § 2.3 |  |
| 13 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени | 1 | *Знать* видызащитных сооружений,  правила поведения в защитных сооружениях. *Уметь:* действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты | § 2.4 |  |
| 14 | Средства индивидуальной защиты населения | 1 | *Знать* основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. *Уметь* владеть навыкамипользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) | § 2.5 |  |
| 15 | Средства индивидуальной защиты населения |  |  |  |
| 16 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в школе | 1 | *Знать* об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.  *Уметь* использоватьполученные знания и умения для обеспечения личной безопасности | § 2.6, 2.7 |  |
| 17 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 2 |  |
|  | ***Основы медицинских знаний и здорового образа жизни*** | ***6*** |  |  |  |
| 18 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 1 | *Знать* основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета | § 4.1 |  |
| 19 | Биологические ритмы и работоспособность человека | 1 | *Знать* основные составляющие здорового образа жизни. *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | § 4.2 |  |
| 20 | Значение двигательной активности и закаливания | 1 | *Знать* офакторах, способствующих укреплению здоровья*. Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | § 4.3 |  |
| 21 | Вредные привычки. Профилактика вредных привычек | 1 | *Знать* о вредных привычках–факторах, разрушающих здоровье.*Уметь* использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | § 4.4 |  |
| 22 | Вредные привычки. Профилактика вредных привычек | 1 | § 4.4 |  |
| 23 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 4 |  |
|  | ***Основы военной службы*** | ***11*** |  |  |  |
| 24 | История создания Вооруженных Сил России | 1 | *Иметь предстваление* об истории создания Вооруженных Сил России. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. | § 5.1 |  |
| 25 | Организационная структура Вооруженных Сил | 1 | *Иметь представление* об организационной структуре ВС РФ.*Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 5.2 |  |
| 26 | Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России | 1 | *Знать* функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.  *Иметь представление* об управлении Вооруженными Силами;о реформе Вооруженных Сил. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 5.3 |  |
| 27 | Другие войска, их состав и предназначение | 1 | § 5.4 |  |
| 28 | Патриотизм – основа героизма | 1 | *Знать* о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональнымкачествам гражданина. *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 6.1 |  |
| 29 | Памяти поколений. Дни воинской славы России | 1 | *Знать* о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. У*меть:*отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; использоватьприобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 6.2 |  |
| 30 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности | 1 | *Иметь представление* о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. *Уметь* использоватьприобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | § 6.3 |  |
| 31 | Боевое знамя воинской части. | 1 | *Иметь представление* о символах воинской чести. *Уметь* осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе | § 7.1 |  |
| 32 | Ордена — почетные награды за воинские отличия | 1 | *Иметь представление* об основных государственных наградах. У*меть* отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды | § 7.2 |  |
| 33 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 | *Иметь представление* о ритуалах ВС РФ.  *Уметь* осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе | § 7.3 |  |
| 34 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 5,6,7. |  |
| 35 | Резерв | 1 |  |  |  |

**календарно - тематическое планирование.**

**Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. 34 часа**

**Автор учебника: А.Т.смирнов**

| №  урока | Разделы, темы | Количество часов | Требования к уровню подготовки обучающихся | Параграф  учебника | дата |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Основы здорового образа жизни*** | **5** |  |  |  |
| 1 | Правила личной гигиены и здоровья | 1 | *Знать* об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности.  *Уметь* использоватьприобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | § 1.1 |  |
| 2 | Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе | 1 | *Знать* о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни.  *Уметь* использовать приобретенные знания для самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи | § 1.2, 1.5 |  |
| 3 | Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики | 1 | *Знать* об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП. *Уметь* использовать приобретенные знаниядля ведения здорового образа жизни | § 1.3 |  |
| 4 | СПИД и его профилактика | 1 | Знать о путях заражения ВИЧ-инфекцией.  Уметь использовать приобретенные знания для ведения здорового образа жизни Знать о профилактике СПИДа; об ответственности за заражение ВИЧ-инфекцией. Уметь использовать приобретенные знания для ведения здорового образа жизни | § 1.4 |  |
| 5 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 1 |  |
|  | ***Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи*** | **7** |  |  |  |
| 6 | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте | 1 | *Знать* правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности и инсульте.*Владеть навыками*оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте | § 2.1 |  |
| 7 | Первая медицинская помощь при ранениях | 1 | *Знать* виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки.  *Владеть навыками* оказания первой медицинской помощи при кровотечениях | § 2.2 |  |
| 8 | Первая медицинская помощь при травмах | 1 | *Знать* правила оказания первой медицинской помощи при травмах. *Владеть навыками*  оказания первой медицинской помощи при травмах, растяжениях | § 2.3 |  |
| 9 | Первая медицинская помощь при травмах | 1 | § 2.3 |  |
| 10 | Первая медицинская помощь при травмах | 1 | § 2.3 |  |
| 11 | Первая медицинская помощь при остановке сердца | 1 | *Знать* о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приемах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. *Владеть навыками* проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца | § 2.4 |  |
| 12 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 2 |  |
|  | ***Воинская обязанность*** | **7** |  |  |  |
| 13 | Основные понятия о воинской обязанности | 1 | *Знать* об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. *Уметь* использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 3.1 |  |
| 14 | Организация воинского учета и его предназначение | 1 | *Знать* об организации воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету. *Уметь* использовать полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 3.2 |  |
| 15 | Обязательная подготовка граждан к военной службе | 1 | *Знать* о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе, *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 3.3 |  |
| 16 | Добровольная подготовка граждан к военной службе | 1 | *Знать* обосновных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе.  *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | § 3.4 |  |
| 17 | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет | 1 | *Знать* об организации медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учет. *Уметь* использоватьполученные знания при первоначальной постановке на воинский учет | § 3.5 |  |
| 18 | Увольнение с военной службы и пребывания в запасе | 1 | *Знать* об основах военной службы. *Иметь представление* об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе. *Уметь* использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 3.6 |  |
| 19 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 3 |  |
|  | ***Особенности военной службы*** | **8** |  |  |  |
| 20 | Правовые основы военной службы | 1 | *Знать* основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан. *Уметь* использовать полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 4.1 |  |
| 21 | Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ— законы воинской жизни | 1 | *Знать* о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевоинских уставов Вооруженных Сил. *Уметь* использовать приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 4.2 |  |
| 22 | Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России | 1 | *Знать* о традициях ВС РФ. *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | § 4.3 |  |
| 23 | Прохождение военной службы по призыву | 1 | *Знать* об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 4.4 |  |
| 24 | Прохождение военной службы по контракту | 1 | *Знать* основные условия прохождения военной службы по контракту; требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту; сроки военной службы по контракту; права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.  *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; оценки уровня своей подготовленности к ней | § 4.5 |  |
| 25 | Права и ответственность военнослужащих | 1 | *Знать* общие права и обязанности военнослужащих;виды ответственности, установленной для военнослужащих, значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат и матросов*;* об уголовной ответственности за преступления против военной службы. *Владеть навыками* оценки уровня своей подготовленности и осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 4.6 |  |
| 26 | Альтернативная гражданская служба | 1 | *Знать* особенности прохождения альтернативной гражданской службы. *Владеть навыками* оценки уровня своей подготовленности к военной службе | § 4.7 |  |
| 27 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 4 |  |
|  | ***Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство ВС.*** | **7** |  |  |  |
| 28 | Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества | 1 | *Знать* об основных качествах военнослужащего.  *Владеть навыками* оценки уровня своей подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 5.1 |  |
| 29 | Военнослужащий - специалист в совершенстве владеющий оружием и военной тактикой | 1 | *Знать* об основных качествах военнослужащего.  *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 5.2 |  |
| 30 | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина | 1 | *Знать* об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника. *Уметь:* оценивать уровень своей подготовленности к военной службе; использоватьприобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | § 5.3 |  |
| 31 | Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников | 1 | *Знать* о принципе единоначалия в Вооруженных Силах РФ; требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника. *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | § 5.4 |  |
| 32 | Как стать офицером Российской Армии | 1 | *Знать* об основных видах военных образовательных учреждений профессионального образования; правила приема в военные образовательные учреждения. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 5.5 |  |
| 33 | Международная (миротворческая) деятельность вооруженных сил РФ | 1 | *Знать* о миротворческой деятельности Вооруженных Сил Российской Федерации.  *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | § 5.6 |  |
| 34 | Контроль знаний (тестирование) | 1 |  | Глава 5 |  |

1. **Учебно - методический комплекс**
2. Смирнов А.Т, Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, часть 1 -М., Просвещение, 2009;
3. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, - М., Просвещение, 2008;
4. Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10 класса общеобразовательных учреждений, - М., Просвещение, 2009;
5. Смирнов А.Т, Б.О.Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, - М., Просвещение, 2009;
6. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
7. Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
8. Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
9. Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.
10. Васильев Н.М., Константинов В.И… «О прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и контракту», М., 2006.

***Учебные пособия:***

1. Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс / Мультимедийный учебник TeachProтм
2. Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;
3. Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
4. Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
5. ОБЖ. Основы безопасности жизни: Учебно-методический журнал.2004-2008 - №№ 1-12;
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2004-2008 - №№ 1-12;
7. Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности». 2006;
8. Арсеньев Е.Н. Работоспособность и здоровье человека на Севере. – Мурманск, Кольский научно-внедренческий центр «Валеос», 1993.
9. **Требования к уровню подготовки**

**Знать:**

- основные понятия ГО;

- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;

- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;

- организацию гражданской обороны в школе.

- основные понятия и структуру ЗОЖ;

- роль питания как составляющей ЗОЖ;

- влияние двигательной активности на здоровье человека;

- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.

- основные понятия, функции и показатели здоровья;

- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;

- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.

- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;

- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;

- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;

- общие черты международного терроризма.

- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- потенциально опасные объекты в районе проживания.

- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;

- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;

- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

- правила личной гигиены;

- связь гигиены и физической культуры;

- роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;

- основные положения законодательства о семье и браке.

- симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности;

- правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;

- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.

- структуру и содержание общевоинских уставов;

- условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге;

- организацию призыва на военную службу;

- порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения;

особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой

- требования к воину-специалисту;

- порядок подготовки по воинским специальностям;

- понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;

- требования, предъявляемые к офицеру военной службой;

- важнейшие положения международного права войны.

**Уметь:**

- оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания.

- порядок определения годности к военной службе;

- цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;

- назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе;

- порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.

- работать с правовыми документами.

- определить вид применённого оружия;

- пользоваться убежищем;

- подобрать противогаз и пользоваться им;

- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе

**-** вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию

- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;

- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.

- работать с правовыми документами.

-различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;

- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.

- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;

- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бед­ствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного суще­ствования в природных условиях.

**использовать приобретенные знания** и **умения на практике для:**

* ведения здорового образа жизни;
* действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* полготовки граждан к военной службе;
* соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
* оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
* подготовки к профессиональной деятельности