

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПАВЛОВСКИЙ РАЙОН  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4 станицы Атаманской



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образование (класс) 10 – 11 классы

Количество часов 102 часа: 10 класс – 68 часов (в неделю – 2 часа), 11 класс – 34 часа (в неделю – 1 час)

Учитель Матвийченко Сергей Тимофеевич

Программа разработана на основе: авторской программы под редакцией А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 - 11 классов общеобразовательных учреждений, Москва «Просвещение», 2012 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов разработана на основе:

- 1) Федерального компонента государственного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов, основного общего образования»;
- 2) Примерная программа среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности;
- 3) Образовательная программа муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 4 ст. Атаманской муниципального образования Павловский район 10-11 класс (утверждена педагогическим советом от 31.08.2015 года, протокол № 1);
- 4) Авторской программы под редакцией А.Т. Смирнова, О.Б. Хренникова «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2012 г.

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

1. Углубленное изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышение защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.
2. Расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике.
3. Совершенствования военно-патриотического воспитания и повышения мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно-учетным специальностям в объеме, необходимом для военной службы.
4. Распознавание и анализ особенностей жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в различных природных условиях.
5. Окончательное формирование модели своего поведения при возникновении различных чрезвычайных ситуаций.
6. Применение в реальных природных условиях различных способов ориентирования на местности.
7. Анализ основных направлений организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций.
8. Обоснование основного предназначения Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
9. Формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим пагубное влияние на здоровье.
10. Формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также в демографической безопасности государства.

В курсе ОБЖ для X—XI классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом «О военной обязанности и военной службе», письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 г. № 1133/14-12, приказа Министра Обороны РФ и Министерства образования и науки РФ № 96 /134 от « 24 » февраля 2010 г. в программу курса ОБЖ для обучающихся X—XI классов введен раздел «Основы военной службы».

Региональной спецификой учебного плана является ведение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в объёме 2 часов в неделю, в 11 классе 1 час в неделю.

### Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в старшей школе (10-11 классы) реализует комплексный подход к формированию у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и подготовке их к военной службе при модульной структуре содержания предмета. Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершённую часть предмета, основанную на его методологии и включающую в себя такой объём учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля и семь разделов:

Учебные модули						
Модуль-1		Модуль-2			Модуль-3	
Основы безопасности личности, общества и государства.		Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.			Обеспечение военной безопасности государства.	
Разделы						
1	Основы комплексной безопасности	4	Основы здорового образа жизни	6	Основы обороны государства	
2	Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера	5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	7	Основы военной службы ( в т.ч. учебные сборы)	
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ					

Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ». Основу содержания данного раздела составляет характеристика терроризма и экстремизма, формирование у учащихся антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, навыков безопасного поведения при угрозе террористического акта. Изучение раздела 3 модуля 1 предусмотрено в 10 и 11 классах.

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:

Последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Сформировать представление об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях.

Уяснить основные положения законодательства Российской Федерации в области безопасности.

Сформировать морально-психологические и физические качества и мотивации для успешного прохождения военной службы в современных условиях.

Более подробно ознакомиться с организационными основами системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим предметам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности.

Эффективнее использовать межпредметные связи, что способствует формированию у учащихся целостной картины окружающего мира.

Обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования.

Более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

В соответствии с учебным планом МБОУ СОШ №4 для 10-11 классов, реализующих федеральный компонент государственного стандарта, на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» отводится 102 часа: 10 класс - 68 часов (в неделю 2 часа), 11 класс - 34 часа (в неделю 1 час).

### **Содержание учебного предмета 10 класс (68 часов)**

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

##### *Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 часа)*

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 водоёмах в разное 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 ситуации криминогенного характера 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 (4 часа)*

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 (2 часа)

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

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

#### Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа)

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (10 часов)**

#### Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 часа)

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

#### Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации (2 часа)

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.

#### Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 час)

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

#### Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (2 часа)

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 (2 часа)

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

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 часов)**

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 часа) Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи 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 (4 часа)

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, их влияние на уровень жизнедеятельности 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 – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании. Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

### **Раздел 6. Основы обороны государства (19 часов)**

#### Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов)

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

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (3 часа)  
История создания Вооружённых Сил России. Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации (7 часов)

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 Вооружённых Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооруженных Сил России (2 часа)

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

## **Раздел 7. Основы военной службы (21 час)**

Размещение и быт военнослужащих (3 часа)

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

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда (3 часа)

Суточный наряд, его предназначение. Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте.

Организация караульной службы (3 часа)

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

Строевая подготовка (6 часов)

Строй 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 (4 часа)

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Выполнения норматива по разборке и сборке АК, снаряжению магазина учебными патронами. Приемы и правила стрельбы из автомата.

Тактическая подготовка (2 часа)

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

## **11 класс (34 часа)**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 часов)**

Нравственность и здоровье (5 часов)

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 путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекций. 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 (4 часа)**

### Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)

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 помощи при ранении. Понятие 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.

## **Раздел 6. Основы обороны государства (10 часов)**

### Воинская обязанность (10 часов)

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 учёта, основное предназначение воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту 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 предназначение и порядок осуществления. Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения. Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

## **Раздел 7. Основы военной службы (15 часов)**

### Особенности военной службы (8 часов)

Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. 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 (7 часов)*

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 Военнослужащий – специалист своего дела Военнослужащий – подчинённый, выполняющий требования воинских уставов и приказы

### Проектирование содержания

№ п/п	Разделы	Количество часов			
		Авторская программа		Рабочая программа	
		10	11	10	11
1.	Основы комплексной безопасности	10	4	10	-
2.	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	2	-	2	-
3.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	12	5	10	-
4.	Основы здорового образа жизни	6	5	6	5
5.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	-	9	-	4
6.	Основы обороны государства	19	16	19	10
7.	Основы военной службы	21	28	21	15
<b>Резервное время</b>		-	<b>2</b>	-	-
<b>Всего часов</b>		<b>70</b>	<b>70</b>	<b>68</b>	<b>34</b>

### Перечень практических занятий

10 класс	Наименование практических занятий
	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
	Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта
	Средства индивидуальной защиты
	Обязанности дежурного по роте
	Обязанности дневального по роте
	Обязанности часового
	Строевые приемы и движения 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, развернутый строй, походный строй
	Выполнение воинского приветствия в строю. На месте и в движении
	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова
	Выполнения норматива по разборке и сборке АК, снаряжению магазина учебными патронами
	Приемы и правила стрельбы из автомата
Обязанности солдата в бою	

11 класс	Первая медицинская помощь при ранениях
	Правила остановки артериального кровотечения
	Правила наложения давящей повязки. Наложение жгута
ИТОГО	18

**Тематическое планирование  
10 класс (68 часов)**

Разделы программы	Темы, входящие в данный раздел	Основное содержание по темам
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (10 часов)</b>	<u>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 часа)</u> <b>1 урок.</b> Автономное пребывание человека в природной среде. <b>2 урок.</b> Обеспечение личной безопасности на дорогах. <b>3 урок.</b> Пожарная безопасность. <b>4 урок.</b> Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	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 водоёмах в разное 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 ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.
	<u>Личная безопасность в ус-</u>	Чрезвычайные ситуации природ-

	<p><u>ловиях чрезвычайных ситуаций (4 часа)</u></p> <p><b>5 урок.</b> Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.</p> <p><b>6 урок.</b> Причины их возникновения и возможные и последствия.</p> <p><b>7 урок.</b> Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия.</p> <p><b>8 урок.</b> Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p>	<p>ного 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.</p>
	<p><u>Современный комплекс проблем безопасности военного характера (2 часа)</u></p> <p><b>9 урок.</b> Военные угрозы национальной безопасности России.</p> <p><b>10 урок.</b> Характер современных войн и вооруженных конфликтов.</p>	<p>Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.</p>
<p><b>Раздел 2.</b> <b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (2 часа)</b></p>	<p><u>Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа)</u></p> <p><b>11 урок.</b> Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><b>12 урок.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи</p>	<p>Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.</p>

<p><b>Раздел 3.</b> <b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (10 часов)</b></p>	<p><u>Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 часа)</u> <b>13 урок.</b> Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. <b>14 урок.</b> Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. <b>15 урок.</b> Экстремизм и экстремистская деятельность.</p>	<p>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.</p>
	<p><u>Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации (2 часа)</u> <b>16 урок.</b> Основные положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации. <b>17 урок.</b> Роль государства в обеспечении защиты населения.</p>	<p>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.</p>
	<p><u>Духовно - нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 час)</u> <b>18 урок.</b> Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.</p>	<p>Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.</p>
	<p><u>Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (2 часа)</u> <b>19 урок.</b> Уголовная ответственность за террористическую деятельность.</p>	<p>Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности. Федеральный закон «О противодействии экстремистской</p>

	<p><b>20 урок.</b> Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»</p>	<p>деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.</p>
<p><b>Раздел. 4</b> <b>Основы здорового образа жизни</b> <b>(6 часов)</b></p>	<p><u>Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (2 часа)</u> <b>21 урок.</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. <b>22 урок.</b> Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.</p>	<p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.</p>
	<p><u>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 часа)</u> <b>23 урок.</b> Сохранение и укрепление и здоровья – важная часть подготовки юношей к военной службе и трудовой деятельности. <b>24 урок.</b> Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.</p>	<p>Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи 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.</p>
	<p><u>Здоровый образ жизни и его составляющие (4 часа)</u> <b>25 урок.</b> Здоровый образ жизни. <b>26 урок.</b> Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. <b>27 урок.</b> Значение двигательной активности физической культуры для здоровья человека. <b>28 урок.</b> Вредные привычки, их влияние и их социальные последствия.</p>	<p>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, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на</p>

		<p>уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.</p> <p>Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании.</p> <p>Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.</p>
<p><b>Раздел 6.</b> <b>Основы обороны государства</b> <b>(19 часов)</b></p>	<p><u>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов)</u></p> <p><b>29 урок.</b> Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.</p> <p><b>30 урок.</b> Основные виды оружия и их поражающие свойства.</p> <p><b>31 урок.</b> Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.</p> <p><b>32 урок.</b> Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p> <p><b>33 урок.</b> Средства индивидуальной защиты.</p> <p><b>34 урок.</b> Организация проведения аварийно - спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.</p> <p><b>35 урок.</b> Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях</p>	<p>Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p> <p>Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.</p> <p>Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.</p>

		<p>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 обучающихся.</p>
	<p><u><i>Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (3 часа)</i></u>  <b>36 урок.</b> История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.  <b>37 урок.</b> Памяти поколений – дни воинской славы России.  <b>38 урок.</b> Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление Вооруженными Силами РФ.</p>	<p>История создания Вооружённых Сил России. Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.</p>
	<p><u><i>Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации (7 часов)</i></u>  <b>39 урок.</b> Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.  <b>40 урок.</b> Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.  <b>41 урок.</b> Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.  <b>42 урок.</b> Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.  <b>43 урок.</b> Воздушно-десантные войска (ВДВ), их</p>	<p>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 Вооружённых</p>

	<p>состав и предназначение.  <b>44 урок.</b> Космические войска, их состав и предназначение. Войска воздушно-космической обороны.  <b>45 урок.</b> Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил РФ.</p>	<p>ных Сил Российской Федерации.</p>
	<p><u>Боевые традиции Вооруженных Сил России (2 часа)</u>  <b>46 урок.</b> Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.  <b>47 урок.</b> Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.</p>	<p>Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.</p>
<p><b>Раздел 7.  Основа военной службы  (21 час)</b></p>	<p><u>Размещение и быт военнослужащих (3 часа)</u>  <b>48 урок.</b> Размещение военнослужащих.  <b>49 урок.</b> Распределение времени и повседневный порядок.  <b>50 урок.</b> Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.</p>	<p>Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности. Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.</p>
	<p><u>Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда (3 часа)</u>  <b>51 урок.</b> Суточный наряд, его предназначение.  <b>52 урок.</b> Обязанности дежурного по роте.  <b>53 урок.</b> Обязанности дневального по роте.</p>	<p>Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.</p>
	<p><u>Организация караульной службы (3 часа)</u>  <b>54 урок.</b> Организация караульной службы. Общие положения.  <b>55 урок.</b> Часовой и его неприкосновенность.  <b>56 урок.</b> Обязанности часового.</p>	<p>Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.</p>

	<p><u>Строевая подготовка (6 часов)</u>  <b>57 урок.</b> Строи и управление ими.  <b>58 урок.</b> Строевые приемы и движения без оружия.  <b>59 урок.</b> Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.  <b>60 урок.</b> Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.  <b>61 урок.</b> Строи отделения, развернутый строй, походный строй.  <b>62 урок.</b> Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.</p>	<p>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, развернутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.</p>
	<p><u>Огневая подготовка (4 часа)</u>  <b>63 урок.</b> Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.  <b>64 урок.</b> Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.  <b>65 урок.</b> Выполнения норматива по разборке и сборке АК, снаряжению магазина учебными патронами.  <b>66 урок.</b> Приемы и правила стрельбы из автомата.</p>	<p>Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.</p>
	<p><u>Тактическая подготовка (2 часа)</u>  <b>67 урок.</b> Современный бой.  <b>68 урок.</b> Обязанности солдата в бою.</p>	<p>Современный бой. Обязанности солдата в бою.</p>

### 11 класс (34 часа)

Разделы программы	Темы, входящие в данный раздел	Основное содержание по темам
<p><b>Раздел 4.</b>  <b>Основы здорового образа жизни (5 часов)</b></p>	<p><u>Нравственность и здоровье (5 часов)</u>  <b>1 урок.</b> Формирование правильного взаимоотношения полов.  <b>2 урок.</b> Семья и её значение</p>	<p>Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания</p>

	<p>в жизни человека.</p> <p><b>3 урок.</b> Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.</p> <p><b>4 урок.</b> ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения.</p> <p><b>5 урок.</b> Семья в современном обществе.</p>	<p>прочной семьи.</p> <p>Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекций. 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.</p>
<p><b>Раздел 5.</b> <b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (4 часа)</b></p>	<p><u><i>Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)</i></u></p> <p><b>6 урок.</b> Сердечная недостаточность и причины её возникновения.</p> <p><b>7 урок.</b> Первая помощь при ранениях</p> <p><b>8 урок.</b> Правила остановки артериального кровотечения.</p> <p><b>9 урок.</b> Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута</p>	<p>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 помощи при ранении. Понятие 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.</p>
<p><b>Раздел 6.</b> <b>Основы обороны государства (10 часов)</b></p>	<p><u><i>Воинская обязанность (10 часов)</i></u></p> <p><b>10 урок.</b> Основные понятия о воинской обязанности</p> <p><b>11 урок.</b> Организация воинского учета и его предназначение</p> <p><b>12 урок.</b> Первоначальная постановка граждан на воинский учет Обязанности граждан по воинскому учету</p>	<p>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 учёта, основное предназначение воинского учёта.</p>

	<p><b>13 урок.</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе</p> <p><b>14 урок.</b> Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста</p> <p><b>15 урок.</b> Добровольная подготовка граждан к военной службе</p> <p><b>16 урок.</b> Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.</p> <p><b>17 урок.</b> Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе.</p> <p><b>18 урок.</b> Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.</p> <p><b>19 урок.</b> Увольнение с военной службы и пребывание в запасе</p>	<p>Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту 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 военным специальностям, её предназначение и порядок осуществления. Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения. Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.</p>
<p><b>Раздел 7.</b> <b>Основы военной службы</b> <b>(15 часов)</b></p>	<p><u>Особенности военной службы (8 часов)</u></p> <p><b>20 урок.</b> Правовые особенности военной службы.</p> <p><b>21 урок.</b> Статус военнослужащего.</p> <p><b>22 урок.</b> Военные аспекты международного права</p> <p><b>23 урок.</b> Общевоинские уставы</p> <p><b>24 урок.</b> Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации</p> <p><b>25 урок.</b> Дисциплинарный</p>	<p>Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. 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.</p>

	<p>устав Вооружённых Сил.  <b>26 урок.</b> Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб ВС РФ  <b>27 урок.</b> Строевой устав ВС РФ.</p>	
	<p><u>Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества (7 часов)</u>  <b>28 урок.</b> Основные виды воинской деятельности.  <b>29 урок.</b> Основные особенности воинской деятельности.  <b>30 урок.</b> Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.  <b>31 урок.</b> Военнослужащий – патриот.  <b>32 урок.</b> Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил.  <b>33 урок.</b> Военнослужащий – специалист своего дела.  <b>34 урок.</b> Военнослужащий – подчинённый, выполняющий требования воинских уставов и приказы.</p>	<p>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.</p>

**Описание учебно - методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>Печатные пособия</b>		
1.	Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А.; Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. / Под ред. Смирнова А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) – Просвещение, 2011	Ф
2.	Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень), Просвещение, 2011	Ф
<b>Экранно-звуковые пособия</b>		
1.	Презентация «Сам себе МЧС»	Ф
2.	Презентация «Правила оказания помощи при ранениях»	Ф
3.	Презентация «Безопасность на улицах и дорогах»	Ф

4.	Презентация «Азбука дорожной науки»	Ф
5.	Презентация «Правила эвакуации школы при пожаре»	Ф
6.	DVD «Правила пользования первичными средствами пожаротушения»	Ф
7.	Презентации по темам	К
<b>Технические средства обучения</b>		
1.	Компьютер	Ф
2.	Мультимедийный проектор	Ф
3.	Экран настенный	Ф
<b>Учебно-практическое оборудование</b>		
1.	Робот-тренажер «Максим»	Ф
2.	Медицинская аптечка	Ф
3.	Носилки медицинские	Ф
<b>Демонстрационные пособия</b>		
1.	Стенды: Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	Ф
2.	Правила оказания первой помощи	Ф
3.	Противодействия терроризму и экстремизму в РФ	Ф
4.	Плакаты: Дорожные знаки	П
5.	Безопасность дорожного движения	П
6.	Гражданская оборона и защита от ЧС	П
7.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	П
8.	Правила поведения при ЧС природного, техногенного и социального характера	П
9.	Правила транспортировки пострадавших	П
<b>Натуральный фонд</b>		
1.	Ученическая мебель кабинета ОБЖ	Ф
2.	Стрелковый тир	Ф

### СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания объединения учителей физической культуры, ОБЖ от 27 августа 2015 года, № 1

 С.В. Бяков

### СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

 Л.Н. Зоткина

«28» августа 2015 года