

Федеральное государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 162»

«Рассмотрено»

на заседании методического объединения
естественных наук
ФГКОУ СОШ № 162
протокол № от «28» августа 2017 г.
председатель МО Юлия Николаевна Н.

«Согласовано»

заместитель директора по УВР
ФГКОУ СОШ № 162
Ю. Баранникова
«28» 2017

«Утверждаю»

директор ФГКОУ СОШ № 162
И. Полужева
«30» 2017



Рабочая программа
по ОБЖ

в 10-11 классе

1 час в неделю (всего 68 часов)

Автор-составитель:
Преподаватель – организатор ОБЖ
Николаенкова
Наталья Петровна

Хабаровск-47

2017-2018 учебный год

Пояснительная записка
к рабочей программе по ОБЖ 10-11 классы

Рабочая программа по «Основам безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов составлена на основе Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05.03.2004 № 1089 (ред. от 31.01.2012) «Об утверждении Федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования», Примерной программы основного общего образования (Сборник нормативных документов. Основы безопасности жизнедеятельности. Федеральный компонент государственного стандарта, программы по «Основам безопасности жизнедеятельности» под редакцией А.Т. Смирнова 10-11 кл; Москва, «Просвещение», 2012 год, комплексной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А. Т. Смирнова, Москва, «Просвещение», 2009 год; с учётом развернутого тематического планирования по ОБЖ 5-11 кл. под редакцией Ю.Л. Воробьева, Издательство «Учитель», 2009 г., БУП 2004 года, Положения о рабочей программе, полностью отражающих содержание Примерной программы, с дополнениями, не превышающими требований к уровню подготовки учащихся, основной образовательной программы и учебного плана МБОУ «ЦО №4».

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, распределяет учебные часы по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся.

Общая характеристика учебного предмета

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

Структура курса ОБЖ при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля и семь разделов.

Модуль I Основы безопасности личности, общества и государства.

Модуль включает в себя три раздела:

1. Основы комплексной безопасности.
2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Модуль включает в себя два раздела:

1. Основы здорового образа жизни.
2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Модуль III Обеспечение военной безопасности государства

Модуль включает в себя два раздела:

1. Основы обороны государства
2. Основы военной службы (в том числе и военные сборы)

В учебной программе реализованы требования федеральных законов Российской Федерации « Об образовании», Конституция РФ, «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации ЧС», « Правила дорожного движения», « Стратегия национальной безопасности РФ до 2020 года», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», « Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя», « О наркотических средствах и психотропных веществах», « О мерах по противодействию терроризму», « О противодействии экстремистской деятельности», « О физической культуре и спорте в РФ»

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:

- Последовательно и логически взаимосвязанно структурировать тематику предмета ОБЖ;
- Сформировать представления об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях;
- Уяснить основные положения законодательства РФ в области безопасности;
- Сформировать морально-психологические и физические качества и мотивации для успешного прохождения военной службы в современных условиях;
- Более подробно познакомиться с организационными основами системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.
- Повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учётом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам;
- Более эффективно использовать материально- техническое обеспечение предмета ОБЖ.

Место предмета в базисном учебном плане

Федеральный базисный учебный план образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапах основного общего образования. Примерная программа рассчитана на 35 учебных часов в 10-ом и 11-ом классах (из расчета 1 час в неделю). Всего 70 часов.

Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с учащимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) учебных сборов в течение 5 дней (35 часов)

Программа предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем «Воинская обязанность», «Особенности военной службы», «Военнослужащий — защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил», «Основы военной службы» (практические занятия на базе воинской части), которые являются необязательными для девушек. В это время с девушками организуются занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний по специальной программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», направленной на формирование понятий о физическом, духовном и репродуктивном здоровье женщины; на подробное рассмотрение вопросов семейного права, роли женщины в современном обществе, социально-демографической обстановки в России, взаимосвязи здоровья женщины и здоровья нации.

Цели и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Цели:

- *воспитание* у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- *развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- *освоение* знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- *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 состояниях.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Задачи:

- углубленное изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.
- расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике.
- совершенствование военно- патриотического воспитания и повышение мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно- учётным специальностям в объёме, необходимом для военной службы.
- обоснование основного предназначение Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье.
- формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества а также в демографической безопасности государства.

3. Учебно- тематический план

Класс	Содержание раздела	Кол-во часов в год	Часы в четверти	Практические работы	Самостоятельные	Контрольные работы
-------	--------------------	--------------------	-----------------	---------------------	-----------------	--------------------

					работы (тесты)	
10	Модуль 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях 1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения 2. Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны	34	13 6 7		3	
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний 4. Здоровый образ жизни и его составляющие		10 3 7		1	1
	Модуль 3. Основы военной службы 5. Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества и его национальных интересов 6. Боевые традиции Вооружённых Сил Российской Федерации 7. Символы воинской чести		11 6 3 2		2	1
	Всего	34	34		6	2

Учебно-тематический план

Класс	Содержание раздела	Часы в четверти	Практические работы	Самостоятельные работы (тесты)	Контрольные работы
-------	--------------------	-----------------	---------------------	--------------------------------	--------------------

11	<p>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</p> <p>Раздел 1. Основы комплексной безопасности Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</p> <p>Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</p>	5 2 3		1	1
	<p>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p> <p>Раздел 3. Основы здорового образа жизни Нравственность и здоровье</p> <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</p>	9 3 6	6	1	
	<p>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.</p> <p>Раздел 5. Основы обороны государства Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства Символы воинской чести Воинская обязанность</p> <p>Раздел 6. Основы военной службы Особенности военной службы Военнослужащий — вооруженный защитник Отечества Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту</p>	20 8 1 1 6 12 3 4 2 1 2		2	1
	Всего	34	6	4	2

**4. Содержание учебного материала
Основы безопасности жизнедеятельности
10 класс**

Модуль I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (13ч.)

Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения (6 ч.)

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. 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. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации (отработка возможных вариантов поведения, предусмотренных планом образовательного учреждения, - укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

Тест по теме: «Правила безопасного поведения при ЧС»

1.3. 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 криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий

1.4. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном 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.

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

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

1.6. Законы и нормативно – правовые акты РФ. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России - Федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи.

Другие государственные службы в области безопасности.

Тест по теме: «Законы РФ»

Глава 2. Гражданская оборона -составная часть обороноспособности страны(7ч.)

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

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

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в 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.

2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени
Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

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

Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

2.6. Организация проведения аварийно-спасательных 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.

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

Тест по теме: «Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны»

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10ч.)

Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний(3ч.)

3.1. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой 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.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Контрольная работа № 1 Тема: « Основы инфекционные заболевания, их профилактика»

Глава 4. Здоровый образ жизни и его составляющие (7ч.)

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни как 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.

4.2 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.

4.3, 4.4. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

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

4.5. 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.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания.

Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

4.6. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. 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.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.

4.7. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

Тест по теме: «Здоровый образ жизни и его составляющие»

Раздел III. Основы военной службы (12ч.)

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества (6ч.)

5.1, 5.2 История создания Вооруженных Сил Российской Федерации
Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.3. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска. Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации.

Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской флот, история создания, предназначение. Отдельные рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

5.4. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами.

5.5. Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Тест по теме: «Вооружённые силы РФ и его национальные интересы»

Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3ч.)

6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. Патриотизм—духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма. Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. Памяти поколений — дни воинской славы России. Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

6.3. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

Тест по теме: «Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации»

Глава 7. Символы воинской чести (3ч.)

7.1. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

7.2. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Контрольная работа № 2 Тема « Основы военной службы»

8. Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время) (35 ч.)

8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках. Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части в военное и мирное, время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями правил безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

8.2. Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана

окружающей среды. Распределение служебного времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

8.4. Организация караульной службы, обязанности часового.

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

8.5. Строевая подготовка.

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

8.6. Огневая подготовка.

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

8.7. Тактическая подготовка.

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

8.8. Физическая подготовка.

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

4. Содержание учебного материала

Основы безопасности жизнедеятельности

11 класс

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (5 ч.)

Раздел 1. Основы комплексной безопасности (2ч.)

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров.

Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Особенности состояния водоемов в различное время года. Безопасный отдых у воды. Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Меры безопасности при работе с инструментами.

Тест по теме: «Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях»

Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации(3ч.)

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ. Основные задачи, состав НАК на сайте www.nak.fsb.ru Контртеррористическая операция, ее предназначение и условия проведения, состав группировки сил и средств, включаемых в контртеррористическую операцию. Правовой режим контртеррористической операции. Окончание контртеррористической операции. Силы ГО, руководство ГО, структура МЧС и мероприятия. Нормативная база привлечения ВС РФ к борьбе с терроризмом. Участие в проведении контртеррористической операции, пресечение международной террористической деятельности за пределами территории РФ.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч.)

Раздел 3. Основы здорового образа жизни(3ч.)

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи. Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), пути передачи, причины способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ – инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ – инфекцией. «Факторы риска», способные привести к суициду. Психологическая устойчивость – основа предупреждения суицида. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Тест по теме: «Основы здорового образа жизни»

Раздел 4. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (6ч.)

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте. Понятие о ране,

разновидность ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. Черепно-мозговая травма, основные причины ее возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Травма груди, причины ее возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме груди. Травма живота, причины ее возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме живота. Травма в области таза, причины ее возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме в области таза. Травма позвоночника и спины, основные виды травм позвоночника и спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах позвоночника и спины. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «из рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

Практическая работа №1. тема: «Первая помощь при ранении»

Практическая работа №2. тема: «Первая помощь при кровотечениях и ранениях»

Практическая работа №3. тема: «Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата»

Практическая работа №4. тема: «Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди и живота»

Практическая работа №5. тема: «Первая помощь при травмах области таза, повреждении позвоночника, спины»

Практическая работа № 6 тема: «Первая медицинская помощь при остановке сердца»

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.(21 ч.)

Раздел 5. Основы обороны государства (8ч.)

Определение воинской обязанности и ее содержание. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и похождение военных сборов в период пребывания в запасе. Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащая воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету. Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение подготовка по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы,

предоставляемые гражданину, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности, при призыве на военную службу. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования. Критерии по определению профессиональной пригодности призывника к военной службе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы. Пребывание в запасе.

Контрольная работа № 1 тема: «Символы военной чести: боевое знамя, ордена, военная форма одежды»

Тест по теме: «Вооруженные Силы Российской Федерации»

Раздел 6. Основы военной службы (13ч.)

Общевойсковые уставы – это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. История создания общевойсковых уставов в России. Структура общевойсковых уставов, их назначение и содержание. История военной присяги в России. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Условия приведения военнослужащих к военной присяге. Военная присяга. Ее роль и значение для каждого военнослужащего. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Распорядок дня и регламент служебного времени. Воинские звания военнослужащих Вооруженных сил Российской Федерации. Порядок присвоения воинских званий. Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное значение. Статус военнослужащего. Защита свободы, чести и достоинства военнослужащих. Права и свободы военнослужащих. Довольствие военнослужащих. Льготы и компенсации. История контрактной службы. Поступление на военную службу по контракту. Прохождение военной службы по контракту. Особенности прохождения службы по контракту военнослужащими – женщинами. Постановка проблемы. Альтернативная гражданская служба и ее отличие от военной службы. Разрешение проблемы. Сравнение законов и выяснение отличий. Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, граждански-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, ее сущность и значение. Уголовная ответственность за преступления против военной службы. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

Воинская честь и достоинство – неотъемлемое качество военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации. Гуманность и человеколюбие – это неотъемлемое качество российского воина во все времена. Чувство глубокой ответственности за защиту Родины, готовность к преодолению трудностей при исполнении воинского долга. 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. Общие требования воинской деятельности: внимание, быстрота и гибкость мышления, самостоятельность, ответственность, способность принимать решения. История российского офицерского корпуса. Требования, предъявляемые к офицеру военной службы. Военные образовательные учреждения. Некоторые вопросы международного права войны. Международная миротворческая деятельность Вооруженных сил Российской Федерации.

Тест по теме: «Уставы ВС РФ»

5. Требования к уровню подготовки обучающихся.

По итогам освоения программы выпускники должны

знать/понимать:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности;
- организацию защиты населения в РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой помощи;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции ВС РФ, государственные и военные символы РФ.

уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающиеся опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приёмы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата.)
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учётом индивидуальных качеств.

6. Критерии и нормы оценки знаний и умений обучающихся.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

Список литературы для учителя

1. Аркадьев А.Т., Днепров Э.Д. «Сборник нормативных документов Основы безопасности жизнедеятельности». - М.; Дрофа, 2006.
2. Беспятова Н.К., Яковлев Д.Е. «Военно-патриотическое воспитание детей и подростков». - М.; Айрис-пресс, 2006.
3. Брошюры по курсу ОБЖ., ГО., ЧС., ОВС., ПМП.
4. Гостюшин А.В., Шубина С.И. «Азбука выживания». - М.; знание, 1995.
5. Козловская Е.А., Козловский С.А. «Дорожная безопасность: обучение и воспитание младшего школьника». - М.; Третий Рим, 2002.
6. Микрюков В.Ю. «Военно-патриотическое воспитание в школе. 1-11 классы». – М.; ВАКО, 2009.
7. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 классы». – М.; Просвещение, 2002.
8. Павлова О.В., Попова Г.Т. «Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах». – В.; Учитель, 2006.
9. Тетушкина Л.А. «Основы безопасности жизнедеятельности: секреты преподавания: рекомендации, конспекты уроков, разработки мероприятий». - В.; Учитель, 2008.

10. Журнал «Военные знания 2010
13. Журнал « Основы безопасности жизнедеятельности» с 2009-2013 г.
14. «Развёрнутое тематическое планирование по ОБЖ 5-11 класс» под ред. Ю.Л. Воробьёва издательство «Учитель» 2009 год
15. « Основы безопасности жизнедеятельности» 10- кл. учебник. Авторы: М. П. Фролов, М. В. Юрьева, В. П. Шолохов. Под ред. Ю.Л. Воробьёва АСТ « Астрель» Москва 2012 год.
16. « Основы безопасности жизнедеятельности» 11- кл. учебник. Авторы: А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Под редакцией: А. Т. Смирнова Издательство: Москва « Просвещение» 2013 г
17. « Основы безопасности жизнедеятельности» 10-кл. к учебнику М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова, под ред. Ю.Л. Воробьёва. АСТ « Астрель» Москва 2008 год.
18. Поурочные разработки основы безопасности жизнедеятельности 10-11 кл. к учебнику А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников Под редакцией: А. Т. Смирнова Просвещение 2014 год.
19. Тестовый контроль 10-11 кл. под ред. А. Т. Смирнова, Б.О. Хренникова « Просвещение» 2010 год.
20. Сборник ситуационных задач 10-11 кл. под ред. А. Т. Смирнова, Б.О. Хренникова « Просвещение» 2010 год.

Список литературы для учащихся

1. « Основы безопасности жизнедеятельности» 11- кл. учебник. Авторы: А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Под редакцией: А. Т. Смирнова
2. « Основы безопасности жизнедеятельности» 10-кл. учебник. **Авторы:** М. П. Фролов, М. В. Юрьева, В. П. Шолохов. Под ред. Ю.Л. Воробьёва АСТ « Астрель» Москва 2012 год.
3. Игнатенко А. А. Кто покушается на твои права и свободы. А. А. Игнатенко.- Просвещение, 2010г.
4. Игнатенко А.А. Когда не один противостояшь злу. Просвещение, 2010 г.
Издательство: Москва « Просвещение» 2013 г
5. Рыбин А. Л. Безопасность дорожного движения. А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. Москва: Просвещение, 2008 г.
6. Салькова И. В. « Свой» - « Чужой». А стоит ли делить: И. В. Салькова. – Москва: Просвещение, 2010.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

I. Оборудование для лабораторно – технических работ

1. телевизор
2. Компьютер
3. Проектор
4. Экран

5. Тумба с Государственным флагом РФ
6. Государственный герб, гимн, флаг РФ
7. Общевоинской защитный комплект (ОЗК) – 1 шт.
8. Пневматические винтовки – 3 шт.
9. Лопата саперная - 1 шт.
10. Лазерный тир-1шт.
11. Тренажёр (МАКСИМ 3-01) тренажёр сердечно- лёгочной и мозговой реанимации с индикацией и тестовыми режимами.
12. Аптечка индивидуальная АИ-2
13. Цифровой датчик для регистрации артериального давления
14. Носилки санитарные - 2 шт

2.Наглядные пособия:

плакаты

- Составы и воинские звания военнослужащих ВС РФ
- Вооруженные силы РФ
- Воинская обязанность
- Государственные награды РФ
- Военная форма одежды ВС РФ
- Военная присяга
- Неполная разборка и сборка 7,62 мм модернизированного Автомата Калашникова
- Приемы метания ручных осколочных гранат
- Меры безопасности при проведении стрельб из стрелкового оружия и метании ручных гранат
- Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе
- Строевая подготовка
- Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат
- Воинские ритуалы ВС РФ
- Боевое знамя воинской части

3.Стенды

- «К защите Родины готовы»
- «На службе Отечеству»
- «Олицетворение чести, доблести и благородства»
- «Патриотическое воспитание»
- «Основы обороны государства. Воинская обязанность»
- «Годы, опаленные войной»
- «Твои герои, Россия»

4.Видеофильмы:

- Полтавская битва (1709г.)
- Ратный подвиг А. Невского
- Битва на поле Куликовом
- Бородино и его герои
- Курская битва. Помнить войну
- Военно-морской флот России
- Воздушно-десантные войска

5. Презентации:

- Организация воинского учета
- Обязательная подготовка граждан к военной службе
- Прохождение военной службы по призыву
- Прохождение военной службы по контракту
- Общевоинские уставы
- Воинские звания, знаки различия
- Военная присяга
- Стихотворение М. Петракова о присяге
- Организация медицинского освидетельствования граждан
- Первая медпомощь при сердечной недостаточности
- Первая медицинская помощь при травмах головы и груди
- Болезни, передаваемые половым путем

Нормативно-правовые документы:

- Конституция Российской Федерации
- Закон Тульской области «Об образовании» № 433-ЗТО
- Конвенция о правах ребенка
- Концепция противодействия терроризму в РФ
- Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2007 г. № 804 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
- Стратегия национальной безопасности.
- Федеральный закон «О безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Правила дорожного движения РФ
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера»
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»
- Федеральный закон «Об аварийно спасательных службах и статусе спасателей»
- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» №53-ФЗ
- Федеральный закон «Об обороне» №61-ФЗ
- Общевоинские уставы ВС РФ
- Положение о порядке прохождения альтернативной гражданской службы
- Военная доктрина РФ
- Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы»
- Указ Президента РФ «О военной форме одежды, знаках различия военнослужащих и ведомственных знаках отличия»
- Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России»
- Федеральный конституционный закон «О военном положении» №1-ФКЗ

- Федеральный закон «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ» №31-ФЗ
- Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» №113-ФЗ
- Постановление Правительства РФ от 11.11.2006г. №663 «Об утверждении положения о призыве на военную службу граждан Российской Федерации»
- Постановление Правительства РФ от 30.12.2006г. №852 «Об утверждении положения о призыве граждан РФ по мобилизации, приписанных к воинским частям для прохождения военной службы на воинских должностях, предусмотренных штатами военного времени, или направления их для работы на должностях гражданского персонала ВС РФ, других войск, воинских формирований, органов и специальных формирований»
- Постановление Правительства РФ от 27.11.2006г. №719 «Об утверждении положения о воинском учете»
- Кодекс РФ «Об административных правонарушениях» №195-ФЗ (выписка в ред. Федерального закона от 22.06.2007г. №116-ФЗ)
- Федеральный закон «О статусе военнослужащих» №76-ФЗ (с изменениями и дополнениями, утв. Президентом РФ от 12.01.2011г.)
- Инструкция «Об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в ОУ», утв. приказом Минобороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 24.02.2010г. №96/134
- Приказ Минобороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 10.08.2009г. №847/287 «О совершенствовании деятельности по организации обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы»
- Военная доктрина Российской Федерации, утв. Указом Президента РФ от 05.02.2010 №146
- общественные уставы ВС РФ
- герб, флаг РФ
- текст гимна РФ