

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Пониклинская средняя общеобразовательная школа»  
Оренбургской области Бугурусланского района**

«Согласована на заседании  
МО учителей естественно-научного  
цикла...  
Рекомендована к утверждению»  
Протокол № 1  
«    августа 2021 г.  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_ О.В.Давыдова

Согласована  
«    » августа 2021 г.  
Зам. директора по УР  
\_\_\_\_\_ Л.Т.Фахртдинова

Утверждена  
«    » августа 2021 г. № \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ «Пониклинская  
СОШ»  
\_\_\_\_\_ Ш.И.Хажина

**Рабочая программа среднего общего образования  
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»  
10-11 классы**

**Составитель:** В.Д.Зиганшин, преподаватель-организатор ОБЖ первой квалификационной категории

**Программа:** Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А. Т. Смирнова. 10—11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. — М.: Просвещение, 2021.

**с. Поникла  
2021**

## **1. Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовая база**

-Федеральным законом об образовании в Российской Федерации (от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 29.07.2017)),

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО);

-ООП СОО МБОУ «Пониклинская СОШ»;

-Авторская программа: Основы безопасности жизнедеятельности. Программа. 10-11 классы/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – М.:

Просвещение, 2021,

- комплектом учебников Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10,11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т.

Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2017,

-Учебный план МБОУ «Пониклинская СОШ»

Изменения , внесённые в примерную рабочую программу : в рабочую программу внесены входная, полугодовая и итоговая контрольные работы, в 10 классе вместо раздела «Основы военной службы» проходиться углубленно «Основы медицинских знаний» т.к. в 10 классе только девушки.

### **Общие цели учебного предмета для уровня обучения**

Опасные и чрезвычайные ситуации, усиление глобальной конкуренции и напряженности в различных областях межгосударственного и межрегионального взаимодействия требуют формирования у обучающихся компетенции в области личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира, а также готовности к выполнению гражданского долга по защите Отечества.

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

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования, осваивается на базовом уровне и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

**Сроки реализации рабочей программы:** 2 года

## **2. Общая характеристика учебного предмета, курса .**

### **Особенности содержания, структура и специфика курса**

Программа определяет содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывают возможность освоения ими теоретической и практической деятельности, что является важнейшим компонентом развивающего обучения. Содержание представлено в девяти модулях.

Модуль «Основы комплексной безопасности» раскрывает вопросы, связанные с экологической безопасностью и охраной окружающей среды, безопасностью на транспорте, явными и скрытыми опасностями в современных молодежных хобби подростков.

Модуль «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» раскрывает вопросы, связанные с защитой населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Модуль «Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации» раскрывает вопросы, связанные с противодействием экстремизму, терроризму и наркотизму.

Модуль «Основы здорового образа жизни» раскрывает основы здорового образа жизни.

Модуль «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» раскрывает вопросы, связанные с оказанием первой помощи, санитарно-эпидемиологическим благополучием населения и профилактикой инфекционных заболеваний.

Модуль «Основы обороны государства» раскрывает вопросы, связанные с состоянием и тенденциями развития современного мира и России, а также факторы и источники угроз и основы обороны РФ.

Модуль «Правовые основы военной службы» включает вопросы обеспечения прав, определения и соблюдения обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

Модуль «Элементы начальной военной подготовки» раскрывает вопросы строевой, огневой, тактической подготовки.

Модуль «Военно-профессиональная деятельность» раскрывает вопросы военно-профессиональной деятельности гражданина.

«Основы безопасности жизнедеятельности» как учебный предмет обеспечивает:

сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;

знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;

умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;

формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы;

воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее Вооруженным Силам;

изучение гражданами основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы;

приобретение навыков в области гражданской обороны;

изучение основ безопасности военной службы, основ огневой, индивидуальной тактической и строевой подготовки, сохранения здоровья в период прохождения военной службы и элементов медицинской подготовки, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и населения.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает получение знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умений безопасно использовать различное учебное оборудование, в т. ч. других предметных областей, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами, как «Физика», «Химия», «Биология», «География», «Информатика», «История», «Обществознание», «Право», «Экология», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей обучающихся с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рациональному использованию учебного времени в рамках выбранного профиля и индивидуальной траектории образования.

### **3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с базисным учебным планом среднего (полного) общего образования изучается в 10-11 классе из расчета 2 ч. в неделю.

#### **За счет каких часов реализуется**

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 2 часов в неделю за счет федерального компонента(1ч.) и регионального компонента(1ч.).

## **Недельное и годовое кол-во часов**

Согласно учебного плана, на изучение ОБЖ в 10-11 классе отводится в неделю 2 часа. Годовое количество часов – 68 часов.

### **4. Планируемые результаты изучения учебного предмета**

#### **Планируемые предметные результаты**

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

**Выпускник на базовом уровне научится:**

#### **Основы комплексной безопасности**

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

- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

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

#### **Основы здорового образа жизни**

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

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;

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

#### **Основы обороны государства**

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

#### **Правовые основы военной службы**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

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

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

### **Военно-профессиональная деятельность**

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

### **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

#### ***Основы комплексной безопасности***

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

#### ***Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций***

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

### **Основы обороны государства**

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

### **Элементы начальной военной подготовки**

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

### **Военно-профессиональная деятельность**

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

### **Планируемые личностные результаты**

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:**

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):**

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;

- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:**

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;
- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;
- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоянию людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:**

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:**

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- экологическая культура, бережное отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- эстетические отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:**

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

#### **Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:**

- уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;
- готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

#### **Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:**

- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

#### **Планируемые метапредметные результаты**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

##### **1. Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

## **2. Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

## **3. Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

## **5. Содержание учебного курса**

### **Основы комплексной безопасности**

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. *Влияние экологической безопасности на национальную безопасность РФ.* Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них. Неблагоприятные районы в месте проживания и факторы экориска. Средства индивидуальной защиты. Предназначение и использование экологических знаков.

Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств: мопедов, мотоциклов, легкового автомобиля). Предназначение и использование дорожных знаков. Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Состояния, требующие проведения первой помощи, мероприятия и способы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.

Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и санитарного назначения.

### **Основы обороны государства**

Состояние и тенденции развития современного мира и России. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты. Факторы и источники угроз национальной и военной безопасности, оказывающие негативное влияние на национальные интересы России. Содержание и обеспечение национальной безопасности РФ. Военная политика Российской Федерации в современных условиях. Основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности. Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. *Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.*

### **Правовые основы военной службы**

Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей военной службы. Альтернативная гражданская служба. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв.

### **Элементы начальной военной подготовки**

Строй и управление ими. Строевые приемы 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.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. *Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе.* Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами. Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## **Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».**

### **Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».**

#### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.***

Автономное пребывание человека в природной среде  
Обеспечение личной безопасности на дорогах  
Пожарная безопасность  
Обеспечение личной безопасности на водоемах  
Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях  
Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

#### ***Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций***

ЧС природного и техногенного характера  
Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в ЧС природного и техногенного характера.

#### ***Современный комплекс проблем безопасности военного характера***

Военные угрозы национальной безопасности России  
Характер современных войн и вооруженных конфликтов

### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**

#### ***Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения в ЧС.***

Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения населения в ЧС.  
Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

#### ***Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.***

Терроризм и террористическая деятельность.  
Экстремизм и экстремистская деятельность

#### ***Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.***

Основные положения конституции РФ «О противодействии терроризму» О противодействии экстремистской деятельности»  
Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечении национальной безопасности РФ

#### ***Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.***

Национальный антитеррористический комитет (НАК)  
Контртеррористическая операция и условия ее проведения  
Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму

Участие ВС РФ в борьбе с терроризмом.

*Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.*

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.

*Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.*

Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

Уголовный кодекс РФ об ответственности за участие в террористической деятельности.

*Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.*

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта

Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта

**Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

*Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.*

Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

*Здоровый образ жизни и его составляющие.*

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

Вредные привычки и их социальные последствия

Правила личной гигиены

*Нравственность и здоровье*

Формирование правильного взаимоотношения полов

Семья и ее значение в жизни человека

Инфекции передаваемые половым путем (ИППП)

ВИЧ- инфекции и СПИД

Семья в современном обществе

**Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

*Первая помощь при неотложных состояниях*

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения

Первая помощь при ранениях

Основные правила оказания первой помощи

Правила остановки артериального кровотечения

Способы иммобилизации и переноски раненых

Первая помощь при травмах

Первая помощь при остановке сердца

**Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства**

## **Раздел 6. Основы обороны государства**

### **Гражданская оборона- составляющая часть обороноспособности страны.**

Гражданская оборона как составляющая обороны государства

Основные виды оружия и их поражающие свойства

Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени

Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени

Средства индивидуальной защиты

Организация проведения аварийно – спасательных работ и других неотложных работ в зоне ЧС

Организация ГО в общеобразовательной организации, ее предназначение и задачи

### **Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.**

История создания ВС РФ

Памяти поколений – дни воинской славы России. Дни славных побед.

Состав ВС РФ и управление ВС РФ

### **Виды и рода войск ВС РФ.**

Сухопутные войска (СВ)

Военно-воздушные силы (ВВС)

Военно-морской флот (ВМФ)

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН)

Воздушно- десантные войска (ВДВ)

Войска воздушно космической обороны

Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ

### **Боевые традиции ВС России.**

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества

Дружба и войсковое товарищества – основа боевой готовности частей и подразделений

### **ВС РФ –основа обороны государства.**

Основные задачи ВС России

Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ

### **Символы воинской чести.**

Боевое знамя части – официальный и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая ее честь, доблесть, славу и боевые традиции.

Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение

### **Воинская обязанность.**

Основные понятия о воинской обязанности.

Воинский учет. Организация воинского учета

Первоначальная постановка граждан на воинский учет

Обязательная подготовка граждан к воинской службе

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих

Подготовка граждан по военно- учетным специальностям  
Добровольная подготовка граждан к военной службе  
Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет  
Профессионально-психологический отбор  
Увольнение с военной службы и пребывание в запасе

### **Раздел 7. Основы военной службы** **Размещение и быт военнослужащих**

Размещение военнослужащих  
Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня  
Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы

#### **Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.**

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

#### **Организация караульной службы**

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

#### **Строевая подготовка**

Строй и управление ими  
Строй отделения

#### **Огневая подготовка**

Назначение и боевые свойства АК  
Порядок неполной разборки и сборки АК  
Приемы и правила стрельбы из АК

#### **Тактическая подготовка**

Современный бой  
Обязанности солдата в бою

#### **Особенности военной службы**

Правовые основы военной службы  
Уставы ВС РФ

#### **Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества**

Основные виды воинской деятельности  
Военнослужащий-патриот  
Военнослужащий –специалист своего дела  
Основные обязанности военнослужащего

#### **Ритуалы ВС РФ**

Порядок вручения Боевого знамени воинской части  
Порядок приведения к Военной присяге  
Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия

Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ

### Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу

Порядок прохождения военной службы

Размещение и быт военнослужащих

### Прохождение военной службы по контракту

Особенности военной службы по контракту

Альтернативная гражданская служба

### Тематическое планирование с указанием основных видов деятельности

10 класс

Тема	Тематическое планирование	Характеристика основных видов деятельности
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (23 ч)</b>		
<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (10 ч)</i>		
<b>1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)</b>	<p>1. Автономное пребывание человека в природной среде.</p> <p>Практическая подготовка человека к пребыванию в природной среде</p> <p>1.2. Обеспечение личной безопасности на дорогах.</p> <p>1.3. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.</p> <p>Практикум. Подготовка сообщений на темы «Перечень личного снаряжения для однодневного турпохода в зависимости от времени года (весна, осень)», «Лекарственные и съедобные растения, произрастающие в нашем регионе», «Правила поведения в железнодорожном транспорте», «Наиболее частые причины несчастных случаев с велосипедистами»</p>	Характеризуют особенности жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в природной среде. Отрабатывают элементы ориентирования на местности с помощью карты и компаса, по местным предметам, солнцу и часам. Систематизируют знания в области безопасности дорожного движения. Формируют убеждение в необходимости осознанного соблюдения правил дорожного движения. Систематизируют информацию по обеспечению личной безопасности в условиях различных криминогенных ситуаций, вырабатывают правила личной безопасности в повседневной жизни
<b>2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (4 ч)</b>	<p>2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия.</p> <p>2.2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.</p> <p>2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного</p>	Расширяют знания о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях. Изучают рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Формируют системы личного поведения для минимизации последствий

	<p>характера и возможные их последствия.</p> <p>2.4. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p>	<p>чрезвычайных ситуаций при родного и техногенного характера</p>
<p><b>3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера (2 ч)</b></p>	<p>3.1. Военные опасности и военные угрозы Российской Федерации в современном мире, оборона страны.</p> <p>3.2. Характерные черты и особенности современных военных конфликтов</p>	<p>Характеризуют содержание понятий «внешние и внутренние военные опасности для Российской Федерации в современном мире» и «стратегические цели обороны Российской Федерации в современных условиях».</p> <p>Анализируют зависимость характерных черт и особенностей современных военных конфликтов от ряда совокупных факторов</p>
<p><i>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 ч)</i></p>		
<p><b>4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 ч)</b></p>	<p>4.1. Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>4.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи</p>	<p>Характеризуют основные нормативно-правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Характеризуют предназначение Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структуру и основные задачи</p>
<p><i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (11 ч)</i></p>		
<p><b>5. Терроризм и экстремизм – их причины и последствия (4 ч)</b></p>	<p>5.1. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.</p> <p>5.2. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.</p> <p>5.3. Экстремизм и экстремистская деятельность.</p> <p>5.4. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности</p>	<p>Характеризуют терроризм и экстремизм как социальные явления, представляющие серьёзную угрозу национальной безопасности России.</p> <p>Выявляют и анализируют факторы, способствующие вовлечению молодёжи в террористическую деятельность.</p> <p>Формируют гражданские нравственные позиции негативного отношения к любым видам террористической и экстремистской деятельности</p>
<p><b>6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и</b></p>	<p>6.1. Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, Федеральных законов «О противодействии</p>	<p>Характеризуют основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации по противодействию терроризму и экстремизму.</p> <p>Характеризуют комплекс мер, принимаемых в Российской</p>

<b>экстремизмом в Российской Федерации (2 ч)</b>	терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». 6.2. Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации	Федерации по противодействию терроризму
<b>7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (2 ч)</b>	7.1. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. 7.2. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и анти- экстремистского мышления	Характеризуют нравственные позиции и личные качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и обосновывают их значение. Обосновывают значение современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности в формировании антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления
<b>8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (2 ч)</b>	8.1. Уголовная ответственность за террористическую деятельность. 8.2. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности	Характеризуют основные меры уголовной ответственности за участие в экстремистской и террористической деятельности, предусмотренные Уголовным кодексом Российской Федерации
<b>9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 ч)</b>	9.1. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Формируют последовательность своих действий при угрозе террористического акта для минимизации его последствий
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч)</b>		
<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 ч)</i>		
<b>10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 ч)</b>	10.1. Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. 10.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Формируют убеждение в необходимости соблюдения норм здорового образа жизни для подготовки к военной службе и гражданской профессиональной деятельности. Характеризуют основные инфекционные заболевания, причины их возникновения и меры по их профилактике
<b>11. Здоровый образ жизни и его составляющие (4 ч)</b>	11.1. Здоровый образ жизни. 11.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. 11.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	Характеризуют здоровый образ жизни как индивидуальную систему поведения человека. Определяют основные факторы, влияющие на здоровье. Систематизируют основные составляющие здорового образа жизни.

	<p>Вредные привычки, их влияние на здоровье. 11.4. Профилактика вредных привычек</p>	<p>Анализируют своё поведение в повседневной жизни и оценивают, в какой мере оно соответствует нормам здорового образа жизни. Характеризуют биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Формируют убеждение в необходимости постоянного самоконтроля за своим состоянием и умение планировать на грузку с учётом своих возможностей. Характеризуют значение двигательной активности и физической культуры для укрепления и сохранения здоровья. Формируют негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков, другим психоактивным веществам как факторам, оказывающим пагубное влияние на здоровье</p>
<p><b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (39 ч)</b></p>		
<p><i>Раздел 6. Основы обороны государства (18 ч)</i></p>		
<p><b>12. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны (7 ч)</b></p>	<p>12.1. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. 12.2. Основные виды оружия и их поражающие факторы 12.3. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. 12.4. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. 12.5. Средства индивидуальной защиты. 12.6. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации. 12.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации</p>	<p>Характеризуют гражданскую оборону как составную часть обороноспособности страны, её предназначение. Уясняют сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Систематизируют основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время. Осваивают систему оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Классифицируют виды инженерных защитных сооружений по их назначению. Формируют умения в использовании защитных ситуаций. Используют средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Выполняют свои обязанности, предусмотренные планом гражданской обороны общеобразовательной организации</p>
<p><b>13. Вооружённые Силы Российской Федерации – за</b></p>	<p>13.1. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. 13.2. Памяти поколений – дни воинской славы</p>	<p>Характеризуют основные этапы становления Вооружённых Сил России и их основное предназначение в современных условиях. Формируют убеждение в том, что Вооружённые Силы России</p>

<p><b>щитники нашего Отечества (3 ч)</b></p>	<p>России. 13.3. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации</p>	<p>всегда будут составлять основу защиты нашего Отечества от военных угроз. Характеризуют дни воинской славы (победные дни) России. Формируют чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов – защитников Отечества. Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации</p>
<p><b>14. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации (6 ч)</b></p>	<p>14.1. Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. 14.2. Воздушно-космические силы (ВКС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС. 14.3. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. 14.4. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН 14.5. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. 14.6. Другие войска, воинские формирования и органы, привлекаемые к обороне страны</p>	<p>Характеризуют Сухопутные войска как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их предназначение, состав, технику и вооружение. Характеризуют Воздушно-космические силы как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их предназначение, состав, технику и вооружение. Характеризуют Военно-морской флот как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их предназначение, состав, вооружение и военную технику Характеризуют Ракетные войска стратегического назначения как самостоятельный род войск, их предназначение, вооружение и военную технику. Характеризуют Воздушно-десантные войска как самостоятельный род войск, их предназначение, вооружение и военную технику. Характеризуют другие войска, воинские формирования и органы, привлекаемые к обороне страны</p>
<p><b>15. Боевые традиции Вооружённых Сил России (2 ч)</b></p>	<p>15.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. 15.2. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений</p>	<p>Формируют качества, которыми должен обладать военнослужащий как гражданин Российской Федерации и защитник Отечества. Характеризуют основные черты патриотизма, присущие военнослужащему. Формируют убеждение, что для военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации любовь к Родине должна быть превыше всего Формируют убеждение в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, обеспечивают высокий уровень боеспособности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации</p>
<p><i>Раздел 7. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (21 ч)</i></p>		

<p><b>16. Основные инфекционные заболевания, меры их профилактики (3 ч)</b></p>	<p>16.1. Инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения. 16.2. Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллёз, ботулизм), причины их возникновения и профилактика 16.3. Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулёз)</p>	<p>Знакомятся с общей характеристикой основных инфекционных заболеваний и внешними признаками их проявления. Анализируют их возможные последствия. Осваивают рекомендации по профилактике возникновения инфекционных заболеваний. Отрабатывают основные приёмы по оказанию первой помощи</p>
<p><b>17. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика (2 ч)</b></p>	<p>17.1. Неинфекционные заболевания (ишемическая болезнь сердца, диабет, инсульт), основные факторы риска их возникновения. 17.2. Меры по профилактике неинфекционных заболеваний</p>	<p>Знакомятся с общей характеристикой основных неинфекционных заболеваний и внешними признаками их проявления. Анализируют основные причины их возникновения и возможные последствия. Изучают и усваивают рекомендации по профилактике факторов, способствующих возникновению неинфекционных заболеваний.</p>
<p><b>18. Первая помощь при травмах и ранениях (5 ч)</b></p>	<p>18.1. Значение первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего. 18.2. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях. 18.3. Оказание первой помощи при ранениях. Методы остановки кровотечения. 18.4. Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах. 18.5. Виды повязок и правила их наложения</p>	<p>Уясняют значение своевременного оказания первой помощи для снижения тяжести последствий для пострадавшего. Знакомятся с общими характеристиками различных травм и ранений и их внешними признаками. Анализируют причины их возникновения и возможные последствия. Осваивают правила оказания первой помощи при различных травмах и ранениях. Узнают виды повязок и правила их наложения. Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, ранениях, переломах. Отрабатывают методы остановки кровотечения</p>
<p><b>19. Первая помощь при отравлениях (5 ч)</b></p>	<p>19.1. Оказание первой помощи при отравлениях лекарственными препаратами. 19.2. Оказание первой помощи при отравлениях алкоголем и никотином. 19.3. Оказание первой помощи при отравлениях препаратами бытовой химии. 19.4. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом. 19.5. Оказание первой помощи при отравлении аварийно химически опасными веществами (АХОВ)</p>	<p>Знакомятся с общей характеристикой различных видов отравлений, основными причинами их возникновения и внешними признаками их проявления. Осваивают общие правила оказания первой помощи при отравлениях. Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при отравлении лекарственными препаратами, препаратами бытовой химии, угарным газом, аварийно химически опасными веществами (АХОВ), психоактивными веществами</p>
<p><b>20. Первая помощь при термических</b></p>	<p>20.1. Оказание первой помощи при термических ожогах.</p>	<p>Знакомятся с рядом неотложных состояний, требующих оказания первой помощи (термический ожог, отморожение, тепловой и</p>

<b>ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током (4 ч)</b>	20.2. Оказание первой помощи при отморожении. 20.3. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. 20.4. Оказание первой помощи при электротравме	солнечный удары, электротравма).Анализируют причины их возникновения, внешние признаки и возможные последствия.Овладевают приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях. Отрабатывают правила и последовательность действий при оказании первой помощи при термических ожогах, отморожении, тепловом и солнечном ударах и при электротравме
<b>21. Первая помощь при массовых поражениях (2 ч)</b>	21.1. Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений. 21.2. Индивидуальное медицинское оснащение	Знакомятся с причинами и последствиями массового поражения людей в условиях природных, техногенных и социальных чрезвычайных ситуаций. Изучают систему мер по защите населения в случае возникновения массовых поражений. Овладевают приёмами оказания само- и взаимопомощи пострадавшим в местах массовых поражений. Изучают медицинские средства защиты и профилактики (комплект КИМГЗ, индивидуальный противохимический пакет ИПП, пакет перевязочный индивидуальный). Отрабатывают приёмы и последовательность оказания первой помощи пострадавшим, в том числе с использованием медицинских средств защиты и профилактики

## 11 класс

Тема	Тематическое планирование	Характеристика основных видов деятельности
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (12 ч)</b>		
<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (6 ч)</i>		
<b>1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (6 ч)</b>	1.1. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. 1.2. Правила личной безопасности при пожаре. 1.3. Обеспечение личной безопасности на водоёмах. 1.4. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях и в природной среде. 1.5. Обеспечение личной	Систематизируют знания по обеспечению пожарной безопасности в повседневной жизни. Уясняют основные права и обязанности граждан Российской Федерации в области пожарной безопасности. Характеризуют основные причины возникновения пожаров в повседневной жизни. Отрабатывают последовательность действий для обеспечения личной безопасности при возникновении пожара в квартире. Отрабатывают правила безопасного поведения при возникновении пожара в школе. Систематизируют знания по безопасному поведению на водоёмах в различное

	безопасности в сфере современных молодёжных увлечений	время года. Систематизируют знания по обеспечению безопасности в различных бытовых ситуациях. Характеризуют меры по обеспечению безопасности при пользовании различными бытовыми приборами. Характеризуют основные меры безопасности и защиты в увлечениях в информационной, социальной и спортивно-развлекательной сферах
<i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 ч)</i>		
<b>2. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 ч)</b>	2.1. Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи. 2.2. Контртеррористическая операция и условия её проведения. 2.3. Правовой режим контртеррористической операции. 2.4. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. 2.5. Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. 2.6. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны	Характеризуют основное предназначение Национального антитеррористического комитета, его структуру и задачи по противодействию экстремизму и терроризму. Характеризуют контртеррористическую операцию как основную форму пресечения террористического акта. Объясняют основные условия проведения контртеррористической операции. Характеризуют основные причины введения правового режима контртеррористической операции. Объясняют основные положения правового режима контртеррористической операции. Характеризуют роль и место гражданской обороны по защите населения и территорий от террористических актов. Характеризуют правовые и организационные основы применения Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Уясняют и грамотно излагают порядок применения Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом, в том числе за пределами территории Российской Федерации
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 ч)</b>		
<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)</i>		
<b>3. Нравственность и здоровье (5 ч)</b>	3.1. Правила личной гигиены. 3.2. Нравственность и здоровый образ жизни. 3.3. Инфекции, передающиеся половым путём. Меры их профилактики. 3.4. Понятие о ВИЧ инфицировании и СПИДе. Меры профилактики	Систематизируют знания в области личной гигиены. Формируют убеждение в необходимости соблюдать правила личной гигиены в повседневной жизни. Вырабатывают привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены. Систематизируют знания о нравственности и о роли семьи в современном обществе. Формируют убеждение в ключевой роли семьи для обеспечения благополучной жизни человека. Характеризуют распространённые инфекции, передающиеся половым путём, и

	<p>ВИЧ-инфекции.</p> <p>3.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья</p>	<p>причины заражения ими.</p> <p>Формируют убеждение в том, что для профилактики ИППП необходимо избегать ранних и тем более случайных половых связей.</p> <p>Характеризуют понятия «ВИЧ- инфекция» и «СПИД», причины заражения ВИЧ-инфекцией и меры профилактики.</p> <p>Формируют убеждение в ключевой роли благополучной семьи для обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства.</p> <p>Уясняют и разбираются в устройстве института семьи, существующего в Российской Федерации в настоящее время</p>
--	---	---

*Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (9 ч)*

<p><b>4. Первая помощь при неотложных состояниях (9 ч)</b></p>	<p>4.1. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.</p> <p>4.2. Первая помощь при ранениях.</p> <p>4.3. Основные правила оказания первой помощи.</p> <p>4.4. Правила остановки артериального кровотечения.</p> <p>4.5. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.</p> <p>4.6. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.</p> <p>4.7. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.</p> <p>4.8. Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.</p> <p>4.9. Первая помощь при остановке сердца</p>	<p>Формируют умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах и неотложных состояниях.</p> <p>Последовательно выполняют приёмы оказания первой помощи при различных неотложных состояниях.</p> <p>Формируют умения в выполнении приёмов иммобилизации повреждённых частей тела и транспортировки пострадавшего.</p> <p>Усваивают основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Формируют умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.</p> <p>Усваивают порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких).</p> <p>Самостоятельно расширяют познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию).</p> <p>Прогнозируют по характерным признакам возникновение инсульта и оказывают первую помощь пострадавшему до прибытия скорой медицинской помощи</p>
--	---	---

**Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (5 ч)**

*Раздел 6. Основы обороны государства (5 ч)*

<p><b>5. Вооружённые Силы Российской Федерации основа обороны</b></p>	<p>5.1. Основные задачи современных Вооружённых Сил.</p> <p>5.2. Международная (миротворческая) деятельность</p>	<p>Изучают и уясняют основные задачи Вооружённых Сил в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и в военное время.</p> <p>Характеризуют нормативно-правовые основы международной (миротворческой) деятельности Вооружённых Сил Российской Федерации</p>
---	--	--

<b>государства (2 ч)</b>	Вооружённых Сил Российской Федерации	
<b>6. Символы военной чести (3 ч)</b>	<p>6.1. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.</p> <p>6.2. Ордена — почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</p> <p>6.3. Военная форма одежды</p>	<p>Характеризуют Боевое знамя воинской части как официальный символ и воинскую реликвию воинской части, олицетворяющую её честь, доблесть, славу и боевые традиции.</p> <p>Характеризуют порядок хранения Боевого знамени.</p> <p>Характеризуют государственные награды Российской империи, Советского Союза и Российской Федерации.</p> <p>Обосновывают, что государственные награды всегда являлись и являются высшей формой поощрения граждан за выдающиеся заслуги в деле защиты Отечества и другие заслуги перед государством.</p> <p>Формируют общее представление о военной форме одежды, знаках различия и их значении для военнослужащего. Формируют понимание о значении символов воинской чести Вооружённых Сил Российской Федерации и их роли в военно-патриотическом воспитании военнослужащих, выработке у них чувства достоинства, преданности своей Родине и готовности самоотверженно с оружием в руках защищать суверенитет, территориальную целостность и устойчивое развитие Российской Федерации</p>
<b>7. Основы здорового образа жизни (6 ч)</b>	<p>7.1. Общие понятия о здоровье.</p> <p>7.2. Факторы, влияющие на здоровье.</p> <p>7.3. Репродуктивное здоровье.</p> <p>7.4. Социально-демографические процессы в России, роль государства в обеспечении демографической безопасности.</p> <p>7.5. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>7.6. Здоровье женщины и её роль в современном обществе (собеседование)</p>	<p>Расширяют общие понятия о здоровье человека и общества.</p> <p>Формируют понимание здоровья как полного духовного, физического и социального благополучия.</p> <p>Анализируют факторы, оказывающие влияние на здоровье человека.</p> <p>Уясняют и характеризуют отрицательное влияние ряда внешних факторов и вредных привычек на здоровье человека.</p> <p>Уясняют и характеризуют репродуктивное здоровье человека как основную составляющую здоровья личности и общества.</p> <p>Анализируют социально-демографические процессы, происходящие в Российской Федерации, и формируют понимание взаимосвязи репродуктивного здоровья личности и демографической безопасности государства.</p> <p>Анализируют основные положения оздоровом образе жизни.</p> <p>Формируют мотивацию в необходимости соблюдения норм здорового образа жизни во всех жизненных ситуациях</p>
<b>8.</b>	8.1. Женская половая	Уясняют и характеризуют особенности женской половой системы.

<p><b>Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие (10 ч)</b></p>	<p>система и её функционирование.        8.2. Здоровые родители и здоровьебудущего ребёнка.        8.3. Влияние окружающей среды наздоровье человека.        8.4 Влияние неблагоприятных фак-торов внешней среды на здоровье плода и новорождённого.        8.5. Курение и употребление алко-голя, их влияние на репродуктив- ное здоровье женщины.        8.6. Наркомания, её последствия, профилактика наркомании.        8.7. Ранние половые связи и их по- следствия для здоровья.        8.8. Инфекции, передаваемые по- ловым путём, меры по их профи- лактике.        8.9. Понятия о ВИЧ- инфекции и СПИДе, меры профилактики ВИЧ- инфекции.        8.10 Здоровье родителей и здоровьебудущего ребёнка (собеседование)</p>	<p>Изучают и анализируют особенности физиологии половой системы женщиныи характеризуют её нормальное функционирование.        Изучают и обобщают различные факторы, которые влияют на здоровье родителей и которые могут оказать отрицательное воздействие на здоровьебудущего ребёнка.        Изучают и обобщают основные факторы риска окружающей среды в регионепроживания, которые могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье беременной женщины и на развитие плода.        Изучают и анализируют пагубные по- следствия для репродуктивного здоровьяженщины: её пристрастие к курению, употребление алкоголя, наркотиков и раннее вступление в половую связь.        Изучают и систематизируют меры без- опасного поведения и формируют индивидуальный образ поведения, обеспечивающий профилактику факторов риска, пагубно влияющих на репродуктивное здоровье женщины.        Изучают и систематизируют меры, при- нимаемые в обществе и государстве дляснижения факторов риска рождения ребёнка с врождёнными отклонениями. Проектируют индивидуальный образ жизни, который будет способствовать созданию условий для рождения здорового ребёнка</p>
<p><b>9. Здоровый образ жизни — неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья (8 ч)</b></p>	<p>9.1. Стресс и его воздействие начеловека.        9.2. Режим дня, труда и отдыха.        9.3. Основные виды питательныхвеществ и их значение в питании человека.        9.4. Рациональное питание</p>	<p>Уясняют и характеризуют значение здорового образа жизни для охраны и укрепления репродуктивного здоровьяженщины. Выделяют основные составляющие здорового образа жизни, способствующие сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.        Анализируют значение психической уравновешенности человека и формируют индивидуальную систему профилактики стрессовых ситуаций.        Анализируют и обосновывают значениерационального режима</p>

	<p>и его значение для здоровья.</p> <p>9.5. Влияние двигательной активности на здоровье человека.</p> <p>9.6. Закаливание и его влияние на здоровье.</p> <p>9.7. Правила личной гигиены и здоровье человека.</p> <p>9.8. Особенности личной гигиены в период полового созревания (собеседование)</p>	<p>труда и отдыха в повседневной жизни и формируют индивидуальный режим труда и отдыха, который будет способствовать обеспечению наиболее благоприятных условий жизнедеятельности.</p> <p>Анализируют и характеризуют основные виды питательных веществ.</p> <p>Формируют индивидуальный подход к системе рационального питания с учётом индивидуальных потребностей и возможностей.</p> <p>Анализируют и расширяют свои познания в области физической культуры и закаливания организма.</p> <p>Формируют индивидуальную систему физических упражнений и закаливающих процедур, которые будут способствовать сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.</p> <p>Уясняют и обосновывают значение соблюдения норм личной гигиены в повседневной жизни для сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Формируют индивидуальную систему соблюдения норм личной гигиены с учётом экологических особенностей в местах проживания</p>
<p><b>10. Правовые аспекты взаимоотношения полов (4 ч)</b></p>	<p>10.1. Брак и семья. Культура брачных отношений.</p> <p>10.2. Основы семейного права в Российской Федерации.</p> <p>10.3. Право и обязанности родителей.</p> <p>10.4. Конвенция ООН «О правах ребёнка»</p>	<p>Углубляют и расширяют свои познания в вопросах формирования нравственных взаимоотношений полов, объясняют их значение в формировании благополучной семьи и в обеспечении демографической безопасности государства.</p> <p>Анализируют и характеризуют значение семьи в современном обществе.</p> <p>Изучают и осваивают основные функции семьи, их значение по сохранению и укреплению здоровья человека и общества и поддержанию устойчивой системы воспроизводства населения страны.</p> <p>Характеризуют брак как союз мужчины и женщины, порождающий их права и обязанности по отношению друг к другу, к детям и обществу.</p> <p>Анализируют и обобщают ряд основных факторов, определяющих влияние на взаимоотношение супругов.</p> <p>Проектируют индивидуальную систему поведения для формирования личных качеств, присущих хорошему семьянину, которые будут способствовать созданию благополучных семейных отношений.</p> <p>Уясняют и характеризуют основные положения семейного права в Российской Федерации и основные направления деятельности государства по укреплению семьи и обеспечению демографической безопасности.</p> <p>Изучают и осваивают основные права и обязанности родителей, объясняют их</p>

		значение для воспитания детей и обеспечения безопасности их здоровья
<b>11. Беременность и уход за младенцем (5 ч)</b>	11.1. Беременность, гигиена беременности. 11.2. Уход за младенцем. 11.3. Влияние поведения матери на развитие ребёнка (собеседование)	Уясняют особенности физиологических процессов, происходящих в организме женщины в период беременности. Знакомятся с основными положениями по организации режима труда и отдыха беременной женщины. Изучают рекомендации по организации рационального питания беременной женщины, которое будет обеспечивать правильное развитие плода и не повредит здоровью женщины. Формируют убеждение в необходимости соблюдать во время беременности нормы здорового образа жизни и следовать советам по правилам поведения, полученным в женской консультации. Знакомятся с основными правилами ухода за младенцем. Анализируют и характеризуют условия, которые необходимо создать в семье после рождения ребёнка. Изучают и характеризуют влияние поведения матери на развитие ребёнка. Изучают наиболее рациональный режим дня ребёнка в первые месяцы его жизни

Полугодие	Количество недель в полугодии		Количество часов в неделю		Количество часов во полугодии		Количество контрольных работ	
	10 кл	11кл	10 кл	11кл	10 кл	11кл	10 кл	11кл
I полугодие	16	16	2	2	32	32	2	2
II полугодие	18	18	2	2	36	36	1	1
<b>Итого в год</b>	34	34			68	68	3	3

## 6. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

### Учебно-методическое обеспечение:

- Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс, Академический школьный учебник для общеобразовательных учреждений, А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Москва, «Просвещение», 2015 г.

Основы безопасности жизнедеятельности, 11 класс, Академический школьный учебник для общеобразовательных учреждений, А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Москва, «Просвещение», 2015 г.

Программа общеобразовательных учреждений, 10-11 классы, для учителей общеобразовательных учреждений, А.Т. Смирнов, М «Просвещение», 2021 г.

- Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 класса общеобразовательных учреждений, Составитель: М.П. Фролов (и др.); под редакцией Ю.Л. Воробьева. – М. : АСТ: Астрель, 2007.

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 11 класса общеобразовательных учреждений, Составитель: М.П. Фролов (и др.); под редакцией Ю.Л. Воробьева. – М. : АСТ: Астрель, 2007.

### Материально-техническое обеспечение

-картотеку с заданиями для индивидуального обучения, организации самостоятельных работ обучающихся, проведения контрольных работ.

-компьютер

### Информационное обеспечение

№п/н	Название ресурса	Ссылка	Краткая аннотация
1	Методические рекомендации	<a href="http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm">http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm</a>	Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу ОБЖ;
2	Библиотека электронных наглядных пособий	<a href="http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/">http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/</a>	Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;
3	Каталог ресурсов по ОБЖ	<a href="http://www.edu-navigator.ru/ca">http://www.edu-navigator.ru/ca</a>	Каталог ресурсов по ОБЖ
4	Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи	<a href="http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65">http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65</a>	Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;
5	Каталог ресурсов по ОБЖ	<a href="http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=108&amp;pg=1">http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=108&amp;pg=1</a>	Каталог ресурсов по ОБЖ Российского общеобразовательного портала
6	Банк рефератов	<a href="http://www.caim.ru/9">http://www.caim.ru/9</a>	Банк рефератов по безопасности жизнедеятельности
7	Методические материалы	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>	Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;
8	Каталог по основам безопасности жизнедеятельности	<a href="http://www.window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15">http://www.window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15</a>	Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам
9	Фестиваль «Открытый урок»,	<a href="http://www.afestival.1september.ru/subjects/12">http://www.afestival.1september.ru/subjects/12</a>	Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ
10		<a href="http://www.uroki.net/dokobgd/htm">http://www.uroki.net/dokobgd/htm</a>	Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;
11	журнал «Основы безопасности жизни»	<a href="http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2">http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2</a>	Материалы журнала «Основы безопасности жизни»
12	Справочник по	<a href="http://www.warning.dp.ua">http://www.warning.dp.ua</a>	Справочник по безопасности, пособие по выживанию, поведение

	безопасности	в экстремальных ситуациях; и др.
--	--------------	----------------------------------

### Рекомендуемая литература для педагога и учащихся

1. ОБЖ. Терроризм и безопасность человека. 5-11 кл./Латчук В.Н., Миронов С.К.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников/ Из-во: «Просвещение», 2007
3. Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Т.И. Основы безопасности жизнедеятельности ОМЗ и охрана здоровья, М.: Русское слово, 1995.
6. Хрипкова А.Г. «Гигиена и здоровье». Медицинская литература.

### 7. Система оценки достижения планируемых результатов

#### Система оценки предметных результатов

**Высокий уровень** достижения планируемых результатов, оценка «отлично» (отметка «5»).

"5" ("отлично") - уровень выполнения требований значительно выше удовлетворительного: отсутствие ошибок как по текущему, так и по предыдущему учебному материалу; не более одного недочета; логичность и полнота изложения. Два недочета приравнивается к одной ошибке.

**Повышенный уровень** достижения планируемых результатов, оценка «хорошо» (отметка «4»)

"4" ("хорошо") - уровень выполнения требований выше удовлетворительного: использование дополнительного материала, полнота и логичность раскрытия вопроса; самостоятельность суждений, отражение своего отношения к предмету обсуждения. Наличие 2-3 ошибок или 4-6 недочетов по текущему учебному материалу; не более 2 ошибок или 4 недочетов по пройденному материалу; незначительные нарушения логики изложения материала; использование нерациональных приемов решения учебной задачи; отдельные неточности в изложении материала;

**Базовый уровень достижений**—уровень, который демонстрирует освоение учебных действий с опорной системой знаний в рамках диапазона (круга) выделенных задач. Достижению базового уровня соответствует отметка «удовлетворительно» (или отметка «3», отметка «зачтено»  
**"3" ("удовлетворительно")** - достаточный минимальный уровень выполнения требований, предъявляемых к конкретной работе; не более 4-6 ошибок или 10 недочетов по текущему учебному материалу; не более 3-5 ошибок или не более 8 недочетов по пройденному учебному материалу; отдельные нарушения логики изложения материала; неполнота раскрытия вопроса.

**Пониженный уровень** достижений, оценка «неудовлетворительно» (отметка «2»);

"2" ("плохо") - уровень выполнения требований ниже удовлетворительного: наличие более 6 ошибок или 10 недочетов по текущему материалу; более 5 ошибок или более 8 недочетов по пройденному материалу; нарушение логики, неполнота, нераскрытость обсуждаемого вопроса, отсутствие аргументации либо ошибочность ее основных положений.

Вводится оценка "за общее впечатление от письменной работы". Сущность ее состоит в определении отношения учителя к внешнему виду работы (аккуратность, эстетическая привлекательность, чистота, оформленность и др.). Эта отметка ставится как дополнительная, в журнал не вносится. Таким образом, в тетрадь (и в дневник) учитель выставляет две отметки (например 5/3): за правильность выполнения учебной задачи (отметка в числителе) и за общее впечатление от работы (отметка в знаменателе). Снижение отметки "за общее впечатление от работы" допускается, если:

- в работе имеется не менее 2 неаккуратных исправлений;
- работа оформлена небрежно, плохо читаема, в тексте много зачеркиваний, клякс, неоправданных сокращений слов, отсутствуют поля и красные строки.

**Низкий уровень** достижений, оценка «плохо» (отметка «1»).

С учетом современных требований к оценочной деятельности в начальной школе вводится четырех балльная система цифровых оценок (отметок). Отменяется оценка "очень плохо" (отметка 1).

**Низкий уровень** освоения планируемых результатов свидетельствует о наличии только отдельных фрагментарных знаний по предмету, дальнейшее обучение практически невозможно. Обучающимся, которые демонстрируют низкий уровень достижений, требуется специальная помощь не только по учебному предмету, но и по формированию мотивации к обучению, развитию интереса к изучаемой предметной области, пониманию значимости предмета для жизни и др. Только наличие положительной мотивации может стать основой ликвидации пробелов в обучении для данной группы обучающихся.

Специфичность содержания предметов, составляющих образовательную область "Окружающий мир", оказывает влияние на содержание и формы контроля. Основная цель контроля - проверка знания фактов учебного материала, умения детей делать простейшие выводы, высказывать обобщенные суждения, приводить примеры из дополнительных источников, применять комплексные знания.

### **Дистанционное обучение**

С целью обеспечения непрерывности образовательного процесса в дни отсутствия на занятиях учащихся по причине неблагоприятных погодных условий, в дни, пропущенные по болезни, а также в период карантина или сезонных вспышек инфекционных заболеваний и т.п. организуется дистанционное обучение в следующих формах:

- через электронный дневник школы;
- через сайт школы;
- через общение с помощью электронной почты обучающихся, педагогов;
- через online-тестирование.