

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**1. Планируемые результаты освоения учебной программы**

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

**Метапредметные результаты:**

***Регулятивные УУД***

*Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:*

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты.

*Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:*

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

*Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:*

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

*Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:*

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

*Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:*

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

### ***Познавательные УУД***

*Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:*

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи

между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

*Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:*

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

*Смысловое чтение. Обучающийся сможет:*

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;

- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

*Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:*

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

*Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:*

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

#### ***Коммуникативные УУД***

*Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Обучающийся сможет:*

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

*Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:*

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

*Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:*

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

#### **Предметные результаты:**

*Ученик (выпускник) научится:*

- комментировать основные нормативно-правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области безопасности дорожного движения для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и 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 и (или) пассажира, и (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 условиях опасных и ЧС на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать нормативно-правовые акты в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области охраны окружающей среды для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания; – описывать факторы эко-риска;
- 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 них 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 увлечениях («зацеперство», «селфи» и т. п.);
- соблюдать правила безопасности в увлечениях непротиворечащих законодательству РФ;
- избегать опасных увлечений, противоречащих законодательству РФ;

- использовать нормативно-правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время современных молодёжных увлечений;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежных увлечений;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время современных молодежных увлечений;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время современных молодежных увлечений;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативно-правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях обеспечения безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в условиях опасных и ЧС на транспорте.
- комментировать основные нормативно-правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и 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, характерные 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.
- комментировать основные нормативно-правовые акты в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и ответственности;
- оперировать основными понятиями в области противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации;
- характеризовать особенности явлений терроризм, экстремизм и наркотизм в Российской Федерации;
- понимать взаимосвязь явления «наркотизм» с терроризмом и экстремизмом;
- объяснять, почему экстремистская, террористическая деятельность явления «наркотизм» является угрозой национальной безопасности Российской Федерации;
- определять последствия экстремистской, террористической деятельности и явления «наркотизм» для личности, общества и государства;
- приводить примеры основных направлений деятельности государства по противодействию террористической, экстремистской деятельности и явлению «наркотизм»;
- распознавать пути и средства вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера для обеспечения личной безопасности;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористических актов.
- комментировать основные нормативно-правовые акты в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области здорового образа жизни для определения, обеспечения и соблюдения своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- объяснять влияние здорового образа жизни на здоровье человека и общества в целом;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье;
- распознавать факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека для исключения их из своей жизни;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровом образе жизни;
- составлять модели здорового образа жизни.
- комментировать основные нормативно-правовые акты в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативно-правовые акты в области оказания первой помощи для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и 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 перенос пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать основные нормативно-правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучии населения;
- использовать основные нормативно-правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучии населения для определения, обеспечения и соблюдения своих прав, обязанностей и 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.
- объяснять, как экологическая безопасность взаимосвязана и влияет на национальную безопасность.
- устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций для обеспечения личной безопасности.

## **2. Содержание учебной программы**

### **10 класс**

#### **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.**

**Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.** Основные причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших. Автономное существование человека в условиях природной среды. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обязанности пешеходов, пассажиров. Обязанности велосипедиста.

**Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.** Краткая характеристика наиболее вероятных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка вариантов (эвакуация, укрытие, герметизация) правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.

**Правила безопасного поведения в ситуации криминального характера.** Наиболее возможные ситуации при встрече с насильниками или хулиганами на

улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

**Современный комплекс проблем безопасности военного характера.** Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

**Законодательные и нормативные правовые акты РФ в области обеспечения безопасности общества и государства.** Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, направленные на обеспечение граждан РФ: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др. Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

**Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.** Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления. Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

**Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.**

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

**Основные мероприятия РС ЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время.** Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС в мирное и военное время. Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о ЧС, примерное её содержание, действия населения по сигналам оповещения о ЧС.

Защитные сооружения гражданской обороны, их основное предназначение, виды. Правила поведения в защитных сооружениях.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

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

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

**Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.** Здоровье человека – общие понятия и определения. Здоровье

индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, пути передачи. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, их профилактика.

**Здоровый образ жизни и его составляющие.** ЗОЖ – индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и т.д.). рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающее высокий уровень жизни.

Биологические ритмы организма, их влияние на уровень жизнедеятельности человека. Учёт влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

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

Закаливание. Правила закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих процедур.

Вредные привычки, их влияние на здоровье, профилактика. Влияние алкоголя на поведение и здоровье человека. Социальные последствия алкоголизма. Влияние курения табака на здоровье человека. Состав табачного дыма, влияние пассивного курения на здоровье человека. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Чистота и культура в быту.

**Основы военной службы.** История создания вооружённых сил России. Создание советских ВС. ВС Российской Федерации, их структура и предназначение, основные предпосылки военной реформы. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск. Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Военно-морской флот, история создания, предназначение. Отдельные рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

Вооружённые силы РФ – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление ВС. Реформа ВС, этапы и содержание.

Другие войска, воинские формирования и организации, их состав и предназначение. Пограничные войска ФСБ, внутренние войска. Министерство внутренних дел. Войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

**Боевые традиции Вооружённых Сил России.** Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооружённой защите. Основные составляющие личности военнослужащего.

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

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни боевых частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

**Символы воинской части.** Боевое Знамя воинской части – особо почётный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени, порядок его хранения и содержания.

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

**Ритуалы ВС РФ.** Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

**Основы военной службы (военные сборы во внеурочное время).** Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках. Размещение и быт военнослужащих. Распорядок дня. Увольнение из части. Посещение военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы, обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка.

## 11 класс

**Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье.** Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный, материальный). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

**Болезни, передаваемые половым путём, меры профилактики.** ИППП, формы передачи, причины, профилактика. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

**Семья в современном обществе. Законодательство РФ о семье.** Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

**Первая помощь при кровотечении и ранении.** Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения жгута. Правила наложения давящей повязки. Борьба с болью.

**Первая помощь при травмах.** Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах. Первая помощь при черепно-мозговых травмах и повреждении позвоночника. Первая помощь при травмах груди, живота и области таза. Первая помощь при травматическом шоке. Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод, и верхние дыхательные пути инородных предметов.

**Первая помощь при остановке сердца.** Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила

проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

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

**Основное понятие о воинской обязанности.** Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержания. Воинский учёт, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

**Организация воинского учёта и его предназначение.** Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Организация медицинского освидетельствования при первоначальной постановке граждан на воинский учёт.

**Обязательная подготовка граждан к военной службе.** Основное содержание. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодёжи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

**Добровольная подготовка граждан к военной службе.** Основные направления. Занятия военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

**Организация медицинского освидетельствования и индивидуальное обследование при постановке на воинский учёт.** Предназначение. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке на воинский учёт.

**Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе.** Увольнение с военной службы. Запас Вооружённых Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

**Правовые основы воинской службы.** Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего. Права и обязанности военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

**Общевойские Уставы Вооружённых сил РФ – закон воинской жизни.** Общевоинские уставы – нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ, Дисциплинарный Устав ВС РФ, Строевой Устав, ВС РФ, их предназначение, основные положения.

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

**Прохождение воинской службы по призыву.** Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы, предоставление отсрочек. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.

**Прохождение воинской службы по контракту.** Основные условия. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

**Права и ответственность военнослужащих.** Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленные для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношения между военнослужащими, самовольное оставление воинской части и др.

**Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.** Основные качества военнослужащего: любовь к Родине, её истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу, военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.

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

**Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.** Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах ВС РФ и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащим. Необходимость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива.

**Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования военных уставов, приказы командиров и начальников.** Единоначалие – принцип строительства ВС РФ. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим – постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убеждённость в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

**Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.** Участие Вооружённых Сил РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента. Ограничения средств и методов ведения воинских действий в международных гуманитарных операциях. Международные отличительные знаки, используемые во время международных конфликтов.



### 3. Тематическое планирование

#### 10 класс (34 часа)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	3
3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ.	7
4	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	4
5	Здоровый образ жизни и его составляющие	3
6	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	5
7	ВС РФ – защитники нашего отечества. Виды и рода войск.	7
8	Боевые традиции ВС РФ	1

#### 11 класс (33 часа)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	4
2	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ	5
3	Нравственность и здоровье	4
4	Первая помощь при неотложных состояниях	4
5	ВС РФ – основа обороны государства. Символы воинской чести.	3
6	Воинская обязанность	7
7	Особенности военной службы	3
8	Прохождение военной службы по призыву и по контракту	3