

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с.Гаронка-2  
Хабаровского муниципального района  
Хабаровского края

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

«30» 08 2019

 Л.А. Стригова

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 58 от «21» 08 2019

директор

 И.В.Белашова



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

11 класс

Составитель:

Каруна Ольга Юрьевна

2019-2020 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ разработана на основе ФК ГОС 2004 полного общего образования, требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы с. Гаровка-2 и примерной учебной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для образовательных учреждений среднего (полного) общего образования под редакцией Ю.Л. Воробьева – АСТ Астрель Москва 2006 г.

Согласно учебному плану на изучение ОБЖ в 11 классе отводится 1 час в неделю, 33 часа в год, 2 контрольные работы.

Рабочая программа ориентирована на УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» : Учебник для общеобразоват. учреждений /М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др ; под. Ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: Астрель , 2006. – 318 с.: ил.

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

Срок реализации рабочей программы 1 год.

### Основные цели изучения курса:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.

2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.

3. Развитие черт личности, необходимые для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### Задачи:

- освоение обучающимися знаний о безопасности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма;

- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных ситуациях;

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные обучающимися

в основной общеобразовательной школе, способствует формированию у них цельного представления о безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, поможет определить направление самостоятельной подготовки к выбранной профессиональной деятельности.

Структурно в программе представлены четыре раздела и одиннадцать тем.

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

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

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

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

Программа предусматривает использование учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10,11 классов общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2006 – 2011.

Для реализации программы на её изучение предусматривается по 1 часу в неделю в 10 и 11 классах –34 часа в год.

Учебно-методическое обеспечение

– Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А. Т. Смирнов, и др.; под редакцией Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство Астрель»: 2006. – 382с.:ил.

Д о п о л н и т е л ь н а я л и т е р а т у р а:

– Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.-сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, Б. И. Мишин, М. И. Хабнер. – М.: Дрофа, 2002;

– Ваши шансы избежать беды: учеб. пособие / Сб. ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» / авт.-сост. В. К. Емельянчик, М. Е. Капитонова. – СПб.: КАРО, 2002.

– Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10–11 кл. – М.: Дрофа, 2004.

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

– «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

– «Об охране окружающей природной среды»;

– «О пожарной безопасности»;

– «О гражданской обороне»;

– «Об обороне»;

– «О воинской обязанности и военной службе»;

– «О безопасности дорожного движения» и др.

Содержание программы выстроено по трем линиям:

– обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;

– государственная система обеспечения безопасности населения;

– основы обороны государства и воинская обязанность.

Итоговый и промежуточный (в конце I полугодия) контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Общая характеристика учебного предмета.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

### **Ц е л и.**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### **Методы, технологии и формы контроля.**

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

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

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

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;
- учебные сборы на базе воинской части по основам военной службы с учащимися - юношами 10 классов;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей,

различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

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

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

### «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

(10 КЛАСС)

#### Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

##### 1. Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

1.1 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Практическое занятие. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденной автономии. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилья, добыча огня.

##### 1.2 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

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

##### 1.3 Уголовная ответственность несовершеннолетних

Особенности уголовной ответственности и несовершеннолетних. Виды наказаний. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия.

##### 1.4 Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера

Практическое занятие. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности ЧС природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС.

1.5 Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи. Правила и обязанности граждан в области защиты от ЧС.

##### 1.6 Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму», «Об обороне», «О ГО» и др.)

## 2. ГО – составная часть обороноспособности страны

### 2.1 ГО, основные понятия и определения, задачи ГО

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

Организация управления ГО. Структура управления и органы управления ГО.

2.2 Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация ОВ. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Действия населения по сигналам оповещения о ЧС.

2.4 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Защитные сооружения ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

### 2.5 Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и кожи, правила их использования. Медицинские средства защиты и профилактики. Практическое занятие. Отработка порядка получения и пользования СИЗ.

### 2.6 Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.

Организация и основное содержание АСР, организация санитарной обработки людей после выхода из зоны заражения.

### 2.7 Организация ГО в общеобразовательных школах.

Организация ГО в школах, её предназначение. План ГО школы. Обязанности обучаемых.

Раздел II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

## 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

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

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

### 3.2. Инфекционные заболевания, их классификация.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

## 4. Основы здорового образа жизни

### 4.1. Здоровый образ жизни, понятия и определения, составляющие ЗОЖ.

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

уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

#### 4.2. Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность.

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

#### 4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

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

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

#### 4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. Алкоголизм и курение, их профилактика. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркомания – прямая угроза жизни и здоровью человека. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

### Раздел III. Основы военной службы

#### 5. Вооружённые Силы РФ – защитники нашего Отечества

##### 5.1 Родина и ее национальная безопасность

С чего начинается Родина. Национальные интересы России. Угроза национальной безопасности России.

##### 5.2 История создания ВС РФ

Организация ВС Московского государства в 14-15 вв. Военная реформа Ивана грозного в середине 16 в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине 19 в., создание массовой армии. Создание советских ВС, их структура и предназначение. ВС РФ, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.3 Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение.

Организационная структура ВС. Виды ВС и рода войск. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска. ВВС, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение. Включение ПВО в состав ВВС. ВМФ, история создания, предназначение. Отдельные рода войск. РВСН, ВДВ, космические войска, их предназначение. Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. ВС РФ – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление ВС. Другие войска, их состав и предназначение. Пограничные войска ФСБ, внутренние войска МВД, войска ГО, их состав и предназначение.

#### 6. Боевые традиции ВС России

##### 6.1 Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества

Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам. Защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооружённой защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

## 6.2 Памяти поколений – дни воинской славы России

Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

## 6.3 Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений

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

## 7. Символы воинской чести

### 7.1 Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы

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

### 7.2 Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, герой российской Федерации.

### 7.3 Ритуалы ВС РФ

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

## 8. Основы военной службы

### 8.1 Организация занятий и меры безопасности при проведении учебных сборов.

Организация подготовки пятидневных сборов учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений. Меры безопасности при проведении сборов.

### 8.2 Размещение и быт военнослужащих.

### 8.3 Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.

### 8.4 Организация караульной службы. Обязанности часового.

### 8.5 Строевая подготовка

Строй и его элементы. Воинское приветствие. Выход из строя и возвращение в строй.

### 8.6 Огневая подготовка. Автомат Калашникова.

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Понятие об устройстве и работе автомата. Разборка и сборка автомата. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.

Осмотр и подготовка автомата к стрельбе. Приемы стрельбы из автомата.

### 8.7 Тактическая подготовка

Мотострелковое отделение. Современный общевойсковой бой.



## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 10 КЛАССА**

### **Знать:**

- основные понятия ГО;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- организацию гражданской обороны в школе.
- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль питания как составляющей ЗОЖ;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.
- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.
- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;
- общие черты международного терроризма.
- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;
- потенциально опасные объекты в районе проживания.
- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;
- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

### **Уметь:**

- определить вид применённого оружия;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию
- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.
- работать с правовыми документами.
- различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.
- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях.

# **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (11 КЛАСС)**

## **Раздел I. Основы военной службы**

### Глава 1. История военной службы

- 1.1 Войны в истории человечества и России.
- 1.2 Военная служба – особый вид государственной службы
- 1.3 Исполнение обязанностей военной службы
- 1.4 Организация обороны Российской Федерации

Права и обязанности граждан Российской Федерации в области обороны.

### Глава 2. Воинская обязанность

#### 2.1 Основные сведения о воинской обязанности

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

#### 2.2 Организация воинского учета и его предназначение

Кем и когда в России введена система воинского учета? Определение годности гражданина к военной службе.

#### 2.3 Обязательная подготовка граждан к военной службе

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

#### 2.4 Добровольная подготовка граждан к военной службе

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

#### 2.5 Освидетельствование граждан при постановке на воинский учет

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

2.6 Организация прохождения профессионального психологического отбора при первоначальной постановке на воинский учет. Психологическая классификация воинских должностей

#### 2.7 Организация призыва на военную службу

#### 2.8 Ответственность граждан по вопросам призыва

#### 2.9 Прохождение службы по призыву

### Глава 3. Особенности военной службы

3.1 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - закон воинской жизни

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

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

### 3.2 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.

### 3.3 Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части

Распорядок дня. Регламент служебного времени.

### 3.4 Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации

Порядок присвоения воинских званий.

### 3.5 Военная форма одежды

## Глава 4. Правовые основы военной службы

### 4.1 Социальная защита военнослужащих.

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

### 4.2 Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей.

Защита свободы, чести и достоинства. Свобода передвижений. Свобода слова. Право на участие в управлении делами общества и государства. Право на труд. Служебное время и право на отдых. Денежное довольствие. Дополнительные денежные выплаты. Право на жилище. Право на охрану жизни, здоровья, медицинскую помощь. Страховые гарантии военнослужащих. Право на образование и права в области культуры. Проезд на транспорте и почтовые отправления. Увольнение граждан с военной службы.

### 4.3 Прохождение военной службы по контракту

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

### 4.4 Прохождение службы военнослужащими - женщинами

### 4.5 Права и ответственность военнослужащих

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (невыполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими).

### 4.6 Увольнение с военной службы

Увольнение с военной службы. Пребывание в запасе.

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

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

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить своё воинское звание - защитник Отечества; любовь к Родине, её истории, культуре, традициям,

народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя России, народа и Отечества.

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

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

5.3 Требования, предъявляемые к морально-эстетическим, психологическим и профессиональным качествам призывника.

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

5.4 Взаимоотношения в воинском коллективе

5.5 Воинская дисциплина. Ее суть и значение.

Что такое воинская дисциплина? Каковы ее содержание и основные требования? Приказ командира – приказ Родины.

5.6 Офицер Российской армии. Требования, предъявляемые к офицеру военной службой.

5.7 Военные образовательные учреждения профессионального образования

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

5.8 Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### Глава 6. Основы здорового образа жизни

#### 6.1 Правила личной гигиены и здоровье

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

#### 6.2 Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

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

#### 6.3 Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

#### 6.4 СПИД и его профилактика.

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

#### 6.5 Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака.

Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов.

1.6 Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей.

Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних детей.

Права и обязанности детей. Защита государства.

## Глава 7. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

7.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте

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

7.2. Первая медицинская помощь при ранениях

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.

Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки.

Правила наложения жгута. Борьба с болью.

7.3. Первая медицинская помощь при травмах. Ушибы, растяжения связок, вывихи.

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

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

7.4 Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания

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.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 11 КЛАССА**

### Требования к уровню усвоения знаний:

#### **Знать:**

- правила личной гигиены;
- связь гигиены и физической культуры;
- роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;
- основные положения законодательства о семье и браке.
- симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности;
- правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;
- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.
- структуру и содержание общевоинских уставов;
- условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге;
- организацию призыва на военную службу;
- порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения;
- особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой
- требования к воину-специалисту;
- порядок подготовки по воинским специальностям;
- понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;
- требования, предъявляемые к офицеру военной службой;
- важнейшие положения международного права войны.

#### **Уметь:**

- оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания.
- порядок определения годности к военной службе;

- цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;
- назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе;
- порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.
- работать с правовыми документами.

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

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

### Содержание учебного курса в 10 классе

№ п/п	Название темы (раздела)	Количество часов
1	ЧС возникающие в повседневной жизни. Правила поведения человека в повседневной жизни. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ.	6
2	Гражданская оборона. Современные средства пожаротушения. Организация инженерной защиты населения. Средства индивидуальной защиты. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.	7
3	Основы медицинских знаний. Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека. Основные инфекционные заболевания. Профилактика вредных привычек. Правила поведения при угрозе теракта.	6
4	Основы военной службы. Родина и ее национальная безопасность. Дни воинской славы. Дружба и войсковое товарищество. Размещение и быт военнослужащих. Организация караульной службы.	15
Итого		34

### Содержание учебного курса в 11 классе

№п/п	Название темы (раздел)	Количество часов
	<b>Раздел 1. Основы военной службы</b>	
1	<b>История военной службы</b> Войны в истории человечества и России. Военная служба – особый вид государственной службы. Исполнение обязанностей военной службы. Организация обороны Российской Федерации.	4
2	<b>Воинская обязанность</b> Основные сведения о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Подготовка граждан к военной службе Подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Организация прохождения профессионального психологического отбора при первоначальной постановке на воинский учет. Психологическая классификация воинских должностей. Организация призыва на военную службу. Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву	5
3	<b>Особенности военной службы.</b> Общевойсковые уставы Вооруженных Сил – закон воинской жизни. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок. Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации. Военная форма одежды. Обобщающий урок по теме: Особенности военной службы.	4
4	<b>Правовые основы военной службы.</b>	5

	<p>Социальная защита военнослужащих. Статус военнослужащего.</p> <p>Правовая защита военнослужащих и членов их семей.</p> <p>Прохождение военной службы по контракту. Прохождение службы военнослужащими-женщинами. Альтернативная гражданская служба</p> <p>Права и ответственность военнослужащих. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Обобщающий урок по теме: Правовые основы военной службы.</p>	
5	<p><b>Военнослужащий – защитник своего Отечества.</b></p> <p>Честь и достоинство воина Вооруженных сил России.</p> <p>Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Требования воинской деятельности, предъявляемые к морально – этическим, индивидуально – психологическим и профессиональным качествам гражданина</p> <p>Взаимоотношения в воинском коллективе. Воинская дисциплина. Ее суть и значение. Офицер Российской армии. Подготовка офицерских кадров. Международная миротворческая деятельность Вооруженных сил Российской Федерации.</p>	8
	<b>Раздел II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	
6	<p>Основы здорового образа жизни.</p> <p>Правила личной гигиены и здоровье.</p> <p>Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.</p> <p>Заболевания передаваемые половым путем. Меры профилактики СПИД. Профилактика СПИД. Психологическое состояние человека и причины самоубийств. Семья в современном обществе.</p> <p>Законодательство о семье.</p>	4
7	<p><b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.</b></p> <p>Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте.</p> <p>Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при остановке сердца.</p>	4
Итого		33



Календарно-тематическое планирование в 10 классе

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			
Глава 1-опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения		6	
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	
3	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	1	
4	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1	
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и задачи.	1	
6	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1	
	Глава 2- Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны.	7	
7	Гражданская оборона: основные понятия, определения и понятия.	1	
8	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	2	
9	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	1	
10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1	
11	Средства индивидуальной защиты.	1	
12	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	1	
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.	1	
Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			
	Глава 3- основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	2	
14	Сохранение и укрепление здоровья- важная забота каждого человека и всего общества.	1	
15	Основные инфекционные заболевания и профилактика.	1	
	Глава4-основы здорового образа жизни.	4	
16	Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания. Срез знаний за первое полугодие.	1	
17	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха, хороший сон - составляющие здорового образа жизни.	1	
18	Значение двигательной активности и закаливание организма для здоровья человека.	1	
19	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	
Раздел 3.Основы военной службы.			
Глава 5- Вооруженные силы РФ – защитники нашего отечества и его национальных интересов.		3	
20	Родина и ее национальная безопасность.	1	
21	История создания и развития Вооруженных сил России.	1	
22	Состав Вооруженных сил РФ	1	

	Глава 6- Боевые традиции Вооруженных сил России	3	
23	Патриотизм, верность воинскому долгу - неотъемлемые качества русского воина, основа героизма.	1	
24	Память поколений - дни воинской славы России.	1	
25	Дружба и воинское товарищество- основа боевой готовности войск.	1	
	Глава 7- символы воинской чести.	3	
26	Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.	1	
27	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	
28	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.	1	
	Глава 8- основы военной службы.	6	
29	Организация занятий и меры безопасности при проведении учебных сборов. Размещение и быт военнослужащих.	1	
30	Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового.	1	
31	Строевая подготовка.	1	
32	Огневая подготовка. Автомат Калашникова.	1	
33	Тактическая подготовка.	1	
34	Итоговое тестирование.	1	
Итого		35	

Календарно-тематическое планирование в 11 классе

№п/п	Тема урока	Кол- во часов	Дата (план)	Дата (факт)	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Основы военной службы</b>		4			
Глава 1 - История военной службы					
1	Войны в истории человечества и России.	1	07.09		
2	Военная служба – особый вид государственной службы.	1	14.09		
3	Исполнение обязанностей военной службы.	1	21.09		
4	Организация обороны Российской Федерации.	1	28.09		
Глава 2- Воинская обязанность		5			
5	Основные сведения о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение.	1	05.10		
6	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1	12.10		
7	Организация прохождения профессионального психологического отбора при первоначальной постановке на воинский учет. Психологическая классификация воинских должностей.	1	19.10		
8	Организация призыва на военную службу.	1	26.10		
9	Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву.	1	09.11		
Глава 3- Особенности военной службы		4			
10	Общевойские уставы Вооруженных Сил – закон воинской жизни.	1	16.11		
11	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.	1	23.11		
12	Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок.	1	30.11		
13	Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации. Военная форма одежды.	1	07.12		
Глава 4-Правовые основы военной службы		5			
14	Социальная защита военнослужащих. Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей.	1	14.12		
15	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1	21.12		
16	Прохождение службы военнослужащими-женщинами. Полугодовой срез знаний.	1	28.12		
17	Права и ответственность военнослужащих.	1	18.01		
18	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1	25.01		
Глава 5- Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных сил		8			

	России.				
19	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1	01.02		
20	Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Виды воинской деятельности.	1	18.02		
21	Требования воинской деятельности, предъявляемые к морально – этическим, психологическим и профессиональным качествам призывника.	1	15.02		
22	Взаимоотношения в воинском коллективе.	1	22.02		
23	Воинская дисциплина. Ее суть и значение.	1	29.02		
24	Офицер Российской армии. Требования, предъявляемые к офицеру военной службой.	1	07.03		
25	Военные образовательные учреждения профессионального образования.	1	14.03		
26	Международная миротворческая деятельность Вооруженных сил Российской Федерации (РФ).	1	21.03		
<b>Раздел II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>					
Глава 6- Основы здорового образа жизни		4			
27	Правила личной гигиены и здоровье.	1	04.04		
28	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передаваемые половым путем.	1	11.04		
29	Психологическое состояние человека и причины самоубийств.	1	18.04		
30	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1	25.04		
Глава 7 -Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи		3			
31	Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте	1	02.05		
32	Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах.	1	16.05		
33	Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания. Итоговое тестирование.	1	23.05		
	ИТОГО:	33			

## **УЧЕБНО- МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС**

### **УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2011 - 382, [2] с.
2. ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2008 - 366, [2] с.