

Краснодарский край
Муниципальное образование Тбилисский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7» им. Грановского Ю.А.

УТВЕРЖДЕНО
Решением педагогического совета
от 30.08.2022года протокол №1
Председатель  А.М.Ковалев



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По Основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образования (класс) среднее общее образование: 10 - 11 класс

Количество часов: 34 часа; в неделю 1 час.

Учитель: Чумпалов Владимир Александрович

Программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов разработана в соответствии с примерной основной образовательной программой среднего общего образования, авторской программой «Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс. Базовый уровень» (авторы-составители В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова – М.: Дрофа, 2020 г.)

В соответствии с ФГОС ООО.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов разработана в соответствии с примерной основной образовательной программой среднего общего образования, авторской программой «Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс. Базовый уровень» (авторы-составители В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова – М.: Дрофа, 2017 г.)

УМК: учебник Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник для общеобразовательных организаций под редакцией В.Н. Латчука, М.: Дрофа, 2020 г.

учебник Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник для общеобразовательных организаций под редакцией В.Н. Латчука, М.: Дрофа, 2020 г.

Курс Основы безопасности жизнедеятельности изучается в 10-11 классах из расчета 1 час в неделю 34 часа в год: 10 класс 1 час в неделю 34 часа в год, 11 класс 1 час в неделю 34 часа в год.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и Федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

Структурно курс представлен тремя разделами:

раздел 1 «Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях»;

раздел 2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»;

раздел 3 «Основы военной службы».

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе Федеральному государственному образовательному стандарту среднего (полного) общего образования.

Планируемые результаты:

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 10-11 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по основам безопасности жизнедеятельности

Личностные результаты:

усвоение и соблюдение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;

усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной, готовности служить ей и защищать ее;

уважение к государственным символам Российской Федерации — гербу, флагу и гимну;

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира, осознание своего места в этом мире;

осознание себя в качестве активного и ответственного гражданина, уважающего закон и правопорядок, правильно понимающего и выполняющего свои конституционные права и обязанности, принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, обладающего чувством собственного достоинства;

готовность и способность вести диалог с другими людьми, сформированность коммуникативных навыков общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

готовность и способность к саморазвитию, самовоспитанию и самообразованию, к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной деятельности;

сформированность основ экологического мышления, осознание влияния социально-экономических процессов на состояние окружающей среды, приобретение опыта бережного и ответственного отношения к природе;

бережное, ответственное и компетентное отношение к своему здоровью и здоровью других людей, умение оказывать первую помощь и самопомощь;

принятие и реализация ценностей здорового и разумного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании и спортивно-оздоровительной деятельности, неприятие курения, употребления алкоголя и наркотиков;

осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, ответственный подход к созданию семьи, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

сформированность антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и внеучебной работе, составлять планы и контролировать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в различных ситуациях;

умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого, разрешать конфликты, находя решение на основе согласования позиций и учета интересов;

владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, умениями в разрешении проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;

готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников, достаточная компетентность в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

умение оценивать свои возможности и согласовывать действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

владение языковыми средствами — умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области безопасности жизнедеятельности;

владение приемами действий и способами применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

сформированность и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции человека и средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая негативное влияние человеческого фактора;

знание основ государственной системы Российской Федерации, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

сформированность представлений и убеждений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера и асоциального поведения;

сформированность представлений о здоровом и разумном образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

знание наиболее распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т. д.);

знание основных мер защиты, в том числе в области гражданской обороны, и правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам и используя различные информационные источники;

умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим и самопомощи при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Основные направления воспитательной работы, используемые мною, как преподавателем - организатором ОБЖ.

- Безопасность;
- Патриотизм;
- Гражданственность;
- Нравственность;
- Интеллект и общение;
- Здоровье и ЗОЖ.

Основные цели воспитательной работы преподавателя - организатора ОБЖ:

1. Содействовать разностороннему развитию личности, в том числе активной гражданской позиции и чувству патриотизма.
2. Воспитывать чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.
2. Формировать готовность к самостоятельному нравственному и профессиональному выбору на основе гражданско-патриотических и духовных ценностей.
3. Развивать потребность и способность к самосовершенствованию и самореализации, необходимых гражданину для прохождения военной службы в Вооруженных силах Российской Федерации.
4. Формировать у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим.

Основные задачи воспитательной работы преподавателя - организатора ОБЖ:

1. Через систему уроков и внеурочных мероприятий воспитывать патриотическое отношение к историческому и героическому наследию России, своей национальной культуре.
2. В проводимой воспитательной работе акцентировать внимание на воспитание граждан правового, демократического государства, уважающих права и свободы личности, проявляющих национальную и религиозную терпимость.
3. Обеспечивать развитие черт личности необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; создавать условия для проявления творческих способностей и личностной самореализации школьников.
4. Формировать у учащихся в учебной и внеурочной работе целостное миропонимание на основе современного научного мировоззрения.

5. Формировать в учебной деятельности основы культуры здоровья и ведения здорового образа жизни.

Составной частью подготовки по курсу ОБЖ и одним из приоритетных направлений в деятельности образовательных учреждений я считаю, призвано стать **патриотическое воспитание** обучающихся.

Актуальность патриотизма и его необходимость во все времена очень точно выразил известный русский педагог и общественный деятель Л.В.Вахтёрв: «Любовь к родине — это потребность всякого здорового сердца». Мужество, жертвенность, героизм, любовь к Отчизне, народу - основные качества патриотизма.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

10 КЛАСС

Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях-20ч.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВЫНУЖДЕННОГО АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ-2ч.

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Понятие о выживании и автономном существовании. Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств. Случаи, когда предпочтительнее оставаться на месте аварии. Ситуации, когда принимается решение уйти с места аварии.

Автономное существование человека в условиях природной среды. Основные правила и действия для выживания в условиях вынужденного автономного существования. Основные способы ориентирования на местности: по компасу, по небесным светилам (солнцу, луне, звездам), по растениям и животным, по местным признакам. Метод движения по азимуту. Оборудование временного жилища: простейшие укрытия и способы их сооружения. Выбор укрытия в зависимости от различных погодных и климатических условий, окружающей местности. Добывание огня: выбор места для костра, алгоритм действий при разведении костра, типы костров в зависимости от предназначения. Обеспечение питанием и водой. Основные правила обеспечения пищей и основные ее источники в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение водой. Выбор подходящего источника воды. Меры предосторожности при использовании источника воды: безопасное утоление жажды снегом, фильтрация и обеззараживание воды. Добывание воды из грунта при помощи пленочного конденсатора.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СИТУАЦИЯХ КРИМИНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА-1ч.

Важность знания правил безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Правила безопасного поведения на улице. Правила безопасного поведения в общественных местах. Подготовка к массовому мероприятию, правила безопасного поведения на нем. Правила безопасного поведения в общественном транспорте и на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения в подъезде дома и в лифте. Понятие о необходимой обороне, ее юридическое обоснование.

УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ-3ч.

Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Понятие о преступлении. Виды преступлений: небольшой тяжести, средней тяжести, тяжкие и особо тяжкие. Преступления, за совершение которых несовершеннолетние

лица подлежат уголовной ответственности. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Принудительные меры воспитательного воздействия, назначаемые несовершеннолетним.

Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Преступления, связанные с нанесением ущерба транспортным средствам, оборудованию, коммуникациям, и назначаемые за них наказания. Угон автомобиля и назначаемые за него наказания.

Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.

Понятие о хулиганстве как грубом нарушении общественного порядка, выражающемся в явном неуважении к обществу. Признаки мелкого хулиганства и уголовно наказуемого хулиганства. Обстоятельства, отягчающие ответственность за хулиганство: совершение правонарушения группой лиц по предварительному сговору, совершение правонарушения организованной группой, сопротивление представителю власти. Понятие о вандализме. Преступления, связанные с надругательством над телами умерших, захоронениями и т. п., и ответственность за их совершение.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА-2ч.

Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: при землетрясении; при сходе лавины, оползня, селя, обвала; при внезапном возникновении урагана, бури, смерча; при наводнении; при пожаре в здании; при аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ; при аварии на радиационно-опасных объектах; при нахождении в зоне лесного пожара; при попадании в завал.

ЗАКОНОДАТЕЛЬНЫЕ И НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ОБЛАСТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА-2ч.

Основные законы, регламентирующие деятельность государственной власти в области гарантий прав и свобод человека, охраны его жизни и здоровья: Федеральный закон «О безопасности», Федеральный закон «Об обороне», Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Регламентируемые ими цели, задачи, вопросы и нормы.

Содержание **Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»**. Права граждан России в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Обязанности граждан при участии в мероприятиях по защите людей и материальных ценностей и в работах по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Содержание **Федерального закона «О пожарной безопасности»**. Права и обязанности граждан России в области пожарной безопасности.

Основные положения **Федерального закона «О гражданской обороне»**.

Основное содержание **Федеральных законов «О противодействии терроризму», «О радиационной безопасности населения», «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», «О промышленной безопасности опасных производственных объектов», «О безопасности гидротехнических сооружений»**.

Содержание **Федерального закона «О транспортной безопасности»**, основные задачи обеспечения транспортной безопасности.

Основное содержание **Федеральных законов «О качестве и безопасности пищевых продуктов», «О противодействии экстремистской деятельности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О наркотических средствах и психотропных веществах», «Об охране окружающей среды», «О безопасном обращении с пестицидами и агрохимикатами».**

Основные подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.

ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА КАК СИСТЕМА МЕР ПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В ВОЕННОЕ ВРЕМЯ-2ч.

История создания гражданской обороны. **Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления.** Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны. Руководство гражданской обороной в Российской Федерации. Структура органов управления гражданской обороной. Права и обязанности граждан России в области гражданской обороны.

Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Задачи подсистемы РСЧС предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности, находящейся в сфере деятельности Федерального агентства Российской Федерации по образованию. Понятие о плане действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное время и плане гражданской обороны, их примерное содержание. Основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны.

СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯ И ИХ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ-4ч.

Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии и ядерном взрыве. Классификация ядерных взрывов, характеристика воздушного, наземного и подземного (подводного) ядерных взрывов. Характеристика поражающих факторов ядерного взрыва: ударной волны, светового излучения, проникающей радиации, радиоактивного загрязнения, электромагнитного импульса. Зоны радиоактивного загрязнения.

Химическое оружие. Понятие о химическом оружии. Признаки применения химического оружия. Понятие о боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Пути проникновения БТХВ в организм человека. Классификация БТХВ по действию на организм человека и характеристика БТХВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, удушающего, обще-ядовитого, психо-химического действия. Классификация БТХВ по тактическому назначению: смертельные, временно выводящие из строя, раздражающие.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Понятие о бактериологическом оружии. Понятие о болезнетворных микробах: бактериях, вирусах, риккетсиях, грибах. Характеристика насекомых-вредителей сельскохозяйственных культур. Способы применения бактериологического оружия: аэрозольный, трансмиссивный, диверсионный. Характерные признаки, указывающие на применение бактериологического оружия. Комплекс мер по защите населения.

Современные обычные средства поражения. Понятие об обычном оружии. Виды обычных средств поражения. Характеристика огневых и ударных средств (боеприпасов): осколочных, фугасных, кумулятивных, бетонобойных, зажигательных, объемного взрыва. Воздействие зажигательного оружия на людей и меры защиты от него. Характеристика высокоточного оружия — разведывательно-ударных комплексов и управляемых авиационных бомб.

ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ РСЧС И ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ ПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В МИРНОЕ И ВОЕННОЕ ВРЕМЯ-4ч.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Понятие об оповещении. Система оповещения населения на территории субъекта Российской Федерации. Основные и вспомогательные средства оповещения. Локальные системы оповещения и зоны их действия. Оповещение населения в местах массового пребывания людей.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о средствах коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Понятие об убежище. Виды убежищ, их характеристика и внутреннее устройство. Понятие о противорадиационном укрытии. Характеристика противорадиационных укрытий и их внутреннее устройство. Понятие об укрытиях простейшего типа, их защитные свойства. Размещение людей в убежище и правила поведения в нем.

Средства индивидуальной защиты населения.

Средства защиты органов дыхания (противогазы). Применение противогазов. Классификация противогазов по принципу защитного действия (фильтрующие и изолирующие). Принцип действия фильтрующих противогазов. Понятие об адсорбции, хемосорбции, катализе, фильтрации с использованием противодымного фильтра. Устройство противогаза. Характеристика гражданских противогазов ГП-7, ГП-7В, ГП-7ВМ, принцип их действия.

Средства индивидуальной защиты кожи. Предназначение и виды средств индивидуальной защиты кожи. Характеристика изолирующей спецодежды и одежды из фильтрующих материалов. Применение и характеристика изолирующих и фильтрующих средств защиты кожи — общевойскового защитного комплекта, легкого защитного костюма Л-1, защитной фильтрующей одежды. Правила пользования средствами индивидуальной защиты кожи. Предметы бытовой одежды, пригодные для защиты кожи.

Медицинские средства защиты. Понятие о медицинских средствах защиты. Аптечка индивидуальная АИ-2, характеристика ее медицинских препаратов, их назначение и применение. Характеристика индивидуальных противохимических пакетов ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10 и правила пользования ими. Проведение санитарной обработки при помощи подручных средств.

Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Понятие об аварийно-спасательных работах. Характеристика основных видов обеспечения аварийно-спасательных работ: разведки, транспортного, инженерного, дорожного, метеорологического, технического, материального, медицинского обеспечения. Основные этапы аварийно-спасательных работ.

Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения. Понятие о санитарной обработке. Способы и правила проведения частичной санитарной обработки. Проведение полной санитарной обработки при различных заражениях.

Жизнеобеспечение населения в чрезвычайных ситуациях. Первоочередные мероприятия по жизнеобеспечению населения в чрезвычайных ситуациях. Организация и проведение работ по морально-психологической поддержке населения.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни-4ч.

ОСНОВНЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА-3ч.

Микроорганизмы в окружающей среде и их влияние на человека.

Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Классификация микроорганизмов по их влиянию на организм человека. Классификация инфекционных заболеваний, краткая характеристика выделяемых групп. Возбудители инфекционных заболеваний.

Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Понятие об эпидемии и пандемии. Пути передачи инфекции и их характеристика.

Иммунитет. Понятие об иммунитете, антигенах, антителах, иммунной реакции организма. Факторы, влияющие на иммунитет. Разновидности иммунитета, их формирование.

Профилактика инфекционных заболеваний. Характеристика элементов общей эпидемиологической цепи и меры по предотвращению распространения инфекционных заболеваний. Понятие о карантине.

Внешние признаки инфекционного заболевания. Основные проявления инфекционных заболеваний. Понятие об инкубационном периоде инфекционного заболевания. Периоды развития инфекционного заболевания.

Наиболее распространенные инфекционные заболевания. Возбудитель, пути заражения, основные проявления и течение инфекции, возможные последствия, лечение и профилактика следующих заболеваний: дизентерии, инфекционного (эпидемического) гепатита, ботулизма, пищевых токсикоинфекций, гриппа, дифтерии, краснухи, скарлатины, свинки (эндемического паротита).

ЗНАЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА-1ч.

Двигательная активность. Понятие о двигательной активности. Влияние двигательной активности на организм человека. Влияние мышечной работы на систему кровообращения, сопротивляемость заболеваниям, работоспособность и развитие организма. Основные составляющие тренированности организма человека. Понятие о сердечно-дыхательной выносливости. Влияние физических нагрузок на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Аэробные и анаэробные упражнения, их характеристика. Понятие о мышечной силе и выносливости. Силовые упражнения с внешним сопротивлением и с преодолением веса собственного тела — эффективное средство развития силы мышц. Понятие о скоростных качествах и гибкости, упражнения для их развития.

Основы военной службы-10ч.

Введение. Краткий обзор войн и сражений в русской истории. Важность осознания современным человеком принадлежности к своему народу и истории.

ВООРУЖЕННЫЕ СИЛЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ЗАЩИНИКИ НАШЕГО ОТЕЧЕСТВА-6ч.

История создания Вооруженных Сил России. Военные дружины на Руси в древности и во времена становления Московского княжества. Военные реформы Ивана IV и Петра I. Военные реформы под руководством Д. А. Милютин. Реформы в военной сфере начала XX века. Вооруженные Силы Советского Союза и Российской Федерации.

Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Понятие о Вооруженных Силах. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

Сухопутные войска. История возникновения и развития Сухопутных войск. Характеристика современных Сухопутных войск. Краткая характеристика состава Сухопутных войск — мотострелковых, танковых, ракетных войск и артиллерии, войск противовоздушной обороны, специальных войск.

Воздушно-космические силы. История создания и развития авиации, ее применение в военном деле. Общая характеристика Воздушно-космических сил. Состав и вооружение родов войск Воздушно-космических сил.

Военно-морской флот. История создания и развития Военно-морского флота России. Общая характеристика и состав Военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения. История применения ракет в военном деле. Характеристика Ракетных войск стратегического назначения и их вооружение.

Воздушно-десантные войска. Характеристика Воздушно-десантных войск, их вооружение и боевые свойства.

Тыл Вооруженных Сил. История возникновения и развития тыловых частей, адаптация их к современным условиям. Общая характеристика и задачи Тыла Вооруженных Сил. Средства, используемые Тылом Вооруженных Сил для выполнения задач.

Специальные войска. Общая характеристика и состав специальных войск. Характеристика инженерных войск, войск связи, войск радиационной, химической и биологической защиты.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Общая характеристика Российской Федерации и гаранты ее безопасности. Понятие об обороноспособности государства и об обороне. Основа обороны Российской Федерации. Роль Вооруженных Сил Российской Федерации и других структур в осуществлении обороны и защиты государства. Понятие о безопасности, основные функции государства по обеспечению безопасности. Состав сил, обеспечивающих безопасность государства.

Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Перечень других войск, воинских формирований и органов, в которых осуществляется исполнение военной службы. Комплектование других войск, воинских формирований и органов, их задачи и функции.

ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ-4ч.

Основные понятия о воинской обязанности. Понятие о воинской обязанности. Структура и содержание воинской обязанности граждан Российской Федерации. Понятие о военной службе. Особенности военной службы по сравнению с другими видами государственной деятельности и иной деятельностью. Военная служба по призыву и в добровольном порядке (по контракту).

Организация воинского учета и его предназначение.

Понятие о воинском учете. Процедура первоначальной постановки на воинский учет. Состав и обязанности комиссии по постановке граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Уважительные причины неявки по повестке военного комиссариата.

Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Содержание обязательной подготовки к военной службе. Профессиональный психологический отбор и решаемые им задачи. Принятие решения о соответствии конкретного лица определенной должности, специальности и роду войск, вынесение оценки о профессиональной пригодности граждан к военной службе. Нормативы по физической подготовке для нового пополнения воинских частей.

Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Содержание добровольной подготовки к военной службе. Военно-прикладные виды спорта, культивируемые в Вооруженных Силах Российской Федерации как подготовка к военной службе. Подготовка на военных кафедрах гражданских вузов. Обучение в соответствии с дополнительными образовательными программами.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.

Процедура запроса первичных сведений о гражданах, подлежащих постановке на воинский учет. Порядок обследования граждан, подлежащих учету. Понятие о медицинском освидетельствовании. Вынесение заключения о категории годности гражданина к военной службе.

УЧЕБНЫЕ СБОРЫ ПО ОСНОВАМ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ-35ч.

Повседневная жизнь и деятельность военнослужащих, распорядок дня, размещение и быт. Организация внутренней службы и внутренний порядок. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Учеба военнослужащих: строевая подготовка, огневая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, военно-медицинская подготовка.

11 КЛАСС

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни-14ч.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ-6ч.

Правила личной гигиены и здоровье. Понятие о гигиене и личной гигиене.

Уход за зубами. Общие сведения о зубах. Распространенные стоматологические заболевания (кариес, стоматит), их причины и симптомы. Последствия пренебрежения профилактикой и лечением. Меры профилактики по поддержанию зубов и полости рта в здоровом состоянии.

Уход за волосами. Общие сведения о волосяном покрове. Распространенные заболевания кожи головы, их причины и симптомы. Рекомендации по лечению и профилактике себореи. Рекомендации по ежедневному уходу за волосами.

Очищение организма. Причины и проявления загрязнения и отравления организма. Общие сведения о наиболее распространенных методиках очищения организма.

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Семья и ее значение в жизни человека. Понятие о семье. Задачи семьи. Распространенные проблемы семейных отношений в современных браках. Основные причины распада ранних браков. Сложности при создании семьи.

Факторы, влияющие на гармонию совместной жизни. Основные факторы, влияющие на психологическую совместимость. Закон совместимости. Основные качества характера, обеспечивающие совместимость людей. Психологические советы по достижению взаимопонимания и уважительности в семейных отношениях.

Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Основные положения законодательства о семье, действующего в России. Необходимые условия для вступления в брак. Обстоятельства, не позволяющие заключить брак. Основания для признания брака недействительным. Основания для расторжения брака в органе записи актов гражданского состояния или судебном порядке.

Права и обязанности родителей и детей. Основные права и обязанности родителей. Основания для лишения родительских прав. Основные права и обязанности детей.

Заболевания, передающиеся половым путем. Понятие о венерических болезнях, их опасность для жизни и здоровья людей. Классификация заболеваний, передающихся половым путем.

С и ф и л и с. Общие сведения о возбудителе заболевания. Проявления заболевания. Течение болезни в различные периоды. Последствия заболевания. Методы диагностирования заболевания и проверки успешности лечения.

Гонорея. Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Признаки и течение заболевания. Последствия заболевания. Методы диагностирования заболевания.

Грибковые заболевания, трихомониаз, гарднереллез. Понятие о вагинитах и общие сведения об их возбудителях. Симптомы, возникающие при вагинитах. Последствия заболеваний.

Х л а м и д и о з. Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Симптомы и последствия заболевания. Диагностика и лечение заболевания.

Генитальный герпес и генитальные бородавки (кондиломы). Последствия вирусных заболеваний. Общие сведения о возбудителе герпеса. Признаки и течение болезни. Общие сведения о возбудителе кондилом. Признаки и течение заболевания.

Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика. Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Последствия заболевания. Классификация форм проявления ВИЧ-инфекции. Пути заражения СПИДом. Временные периоды развития ВИЧ-инфекции. Профилактика СПИДа. Диагностика заболевания.

Важность своевременного обращения к врачу при первых признаках заболевания. Меры профилактики венерических заболеваний.

Уголовная ответственность за заражение в е н е р и ч е с к о й б о л е з н ь ю. Понятие о заражении венерической болезнью. Заражение венерической болезнью как следствие прямого или косвенного умысла, преступного легкомыслия. Налагаемое УК РФ наказание за заражение венерической болезнью.

Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. Понятие о преступном деянии в отношении заражения ВИЧ-инфекцией, субъекты подобного преступления. Налагаемое УК РФ наказание за заражение ВИЧ-инфекцией.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ-8ч.

Первая помощь при кровотечениях и ранениях.

Кровотечения. Понятие о кровотечении, причины, вызывающие кровотечения. Виды кровотечений и их характеристика. Признаки наружных артериального и венозного кровотечений. Способы временной остановки кровотечения. Точки пальцевого прижатия артерий для остановки артериальных кровотечений. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечностей. Наложение кровоостанавливающего жгута: техника выполнения и возможные ошибки. Правила наложения давящей повязки. Остановка поверхностного венозного и капиллярного кровотечений. Признаки внутреннего кровотечения, правила оказания первой помощи.

Ранения. Понятие о ране. Виды ран и их характеристика. Порядок оказания первой помощи при обширной и незначительной ранах. Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок и принцип их наложения. Порядок действий по снятию одежды с пораженной части тела.

Первая помощь при открытых и закрытых переломах.

Перелом. Понятие о переломе. Признаки и виды переломов. Порядок оказания первой помощи при открытых и закрытых переломах. Основные принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами. Способы иммобилизации верхних и нижних конечностей.

Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.

Нарушения нервной системы, требующие оказания первой помощи. Важность функций нервной системы, возможные последствия при получении травм. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Порядок оказания первой помощи при травмах головы или позвоночника.

Сотрясение головного мозга. Причины, признаки и симптомы сотрясения головного мозга. Порядок оказания первой помощи при сотрясении головного мозга.

Первая помощь при травмах груди, живота и области таза. Причины и возможные последствия травм грудной клетки.

Переломы ребер и перелом грудины. Признаки и симптомы переломов ребер и грудины. Порядок оказания первой помощи при переломе ребер. Понятие о пневмотораксе. Признаки и симптомы закрытого, открытого и клапанного пневмотораксов, порядок оказания первой помощи при них.

Ушиб брюшной стенки. Причины возникновения и внешние признаки ушиба.

Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся внутрибрюшным кровотечением м. Причины и признаки внутрибрюшного кровотечения.

Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся разрывом того или иного полого органа. Признаки закрытого повреждения живота. Порядок оказания первой помощи при повреждении живота.

Ранения живота. Признаки проникающего ранения. Порядок оказания первой помощи при ранении живота.

Переломы костей таза. Причины и возможные последствия травмирования тазового пояса. Признаки перелома костей таза. Порядок оказания первой помощи при переломах костей таза.

Первая помощь при травматическом шоке. Понятие о травматическом шоке. Причины травматического шока. Первичный травматический шок и его признаки. Вторичный травматический шок и его признаки. Порядок оказания первой помощи при травматическом шоке.

Первая помощь при попадании инородных тел в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути. Признаки попадания инородных тел в полость носа и правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в глотку и пищевод, правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила оказания первой помощи при попадании инородных тел различной формы в верхние дыхательные пути.

Первая помощь при остановке сердца. Причины и последствия остановки сердца. Признаки остановки сердца, определение пульса на сонной артерии. Первая помощь при остановке сердца.

Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Причины острой сердечной недостаточности. Признаки острой сердечной недостаточности и оказание первой помощи.

Инсульт. Причины и симптомы инсульта. Оказание первой помощи при инсульте.

Основы военной службы-20ч.

БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ-2ч.

Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Понятие о боевых традициях. Боевые традиции российских Вооруженных Сил. Понятие о героизме, мужестве, воинской доблести и чести. Понятие о чувстве долга и воинском долге.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений. Понятие о воинском коллективе. Характерные черты воинского коллектива. Понятие о воинском товариществе.

СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ-4ч.

Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Краткая история знамени. Понятие о Боевом знамени. Порядок вручения Боевого знамени воинской части, хранение, охрана и защита Боевого знамени.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Понятие об орденах. Ордена России и СССР. Понятие о медалях и званиях. Наградная система Российской Федерации.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Понятие о воинских ритуалах. Виды воинских ритуалов. Понятие о Военной присяге. Ритуал приведения к Военной присяге. Ритуал подъема и спуска Государственного флага Российской Федерации и порядок его проведения. Проведение ритуала вручения военному служащему вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ-5ч.

Правовые основы военной службы. Основы правового регулирования обеспечения обороны страны и строительства Вооруженных Сил в Конституции Российской Федерации. основополагающие акты в области обеспечения обороны и строительства Вооруженных Сил и их краткая характеристика — Федеральные законы «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», «О мобилизационной подготовке и мобилизации в Российской Федерации». Права и свободы военнослужащих. Структура и содержание социальных гарантий и компенсаций военному служащему. Положения, предусмотренные Федеральным законом «Об альтернативной гражданской службе».

Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. История создания в России воинских уставов. Понятие о воинских уставах, их виды. Содержание боевых и общевоинских уставов. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. История ритуала принятия Военной присяги. Содержание Военной присяги и порядок приведения к ней. Морально-нравственное и правовое значение акта принятия Военной присяги.

Прохождение военной службы по призыву. Категории граждан, подлежащих призыву на военную службу, освобожденных от призыва, не подлежащих призыву. Граждане, которым предоставляется отсрочка от призыва. Граждане, имеющие право на отсрочку от призыва, случаи, когда за ними сохраняется это право. Состав призывной комиссии и принимаемые этой комиссией решения. Начало и окончание военной службы, порядок присвоения воинских званий. Сущность воинского долга. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.

Прохождение военной службы по контракту. Категории граждан, имеющих право заключать контракт о прохождении военной службы. Сроки службы по первому и последующим контрактам. Условия, определяемые в контракте о прохождении военной службы. Порядок прохождения и условия военной службы по контракту. Права военнослужащих, заключивших контракт о прохождении военной службы.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Понятие об увольнении с военной службы. Причины, по которым военнослужащий подлежит увольнению с военной службы. Случаи, когда военнослужащие, не имеющие звания офицера и проходящие военную службу по призыву, имеют право на досрочное увольнение. Понятие о запасе Вооруженных Сил Российской Федерации. Категории граждан, состоящих в запасе Вооруженных Сил Российской Федерации. Разряды граждан, пребывающих в запасе. Категории граждан, освобождаемых от военных сборов.

Воинские должности и воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Составы и воинские звания военнослужащих, установленные Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе». Значение персональных воинских званий, процедура их присвоения. Виды установленной для военнослужащих военной формы одежды и знаков различия. Порядок получения военной формы одежды при призыве на военную службу.

Права и ответственность военнослужащих. Понятие о статусе военнослужащих. Реализация общегражданских прав и свобод гражданами, состоящими на военной службе. Особые права военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих: дисциплинарная, административная, материальная, гражданско-правовая, уголовная.

Дисциплинарная ответственность. Понятие о дисциплинарном проступке. Виды и порядок применения дисциплинарных взысканий.

Административная ответственность. Понятие об административном правонарушении. Виды и порядок применения административных взысканий.

Материальная ответственность. Понятие о материальной ответственности и реальном ущербе. Случаи, в которых применяется материальная ответственность (ограниченная и полная) в виде денежных взысканий. Порядок привлечения военнослужащих к материальной ответственности.

Уголовная ответственность. Уголовные преступления и назначаемые виды наказаний. Преступления против военной службы, за которые предусмотрена уголовная ответственность. Наказание за нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими.

**ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА.
ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ-5ч.**

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Главные требования, предъявляемые к солдату. Понятие о патриотизме. Примеры патриотизма народа в русской истории. Понятие о воинском долге, требования воинского долга к военнослужащим. Понятие о воинской дисциплине и ее важности в условиях ведения боевых действий.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Характер и цели обучения военнослужащих. Понятие о системе боевой подготовки. Тактическая, огневая, физическая, техническая, строевая подготовка, изучение общевоинских уставов. Одиночная подготовка военнослужащих. Слаживание подразделений и частей.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Цели и виды воинской деятельности. Понятие о боевой деятельности. Характеристика боевых действий. Понятие об учебно-боевой деятельности, ее характеристика. Понятие о повседневной деятельности, ее регламентирование. Главные требования, предъявляемые воинской деятельностью к каждому военнослужащему, важность качеств, необходимых для успешной военной деятельности. Основные профессионально важные качества военнослужащих некоторых видов Вооруженных Сил и родов войск. Коллективный характер воинской деятельности.

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Деление военнослужащих на начальников и подчиненных. Понятие о единоначалии. Понятие о дисциплинированности. Виды дисциплинированности. Важность дисциплинированности в боевых условиях. Формирование дисциплинированности как важного качества личности воина.

Как стать офицером Российской армии. История военно-учебных заведений России. Система военного образования Российской Федерации. Правила приема в военные образовательные учреждения профессионального образования: необходимые документы и требования к кандидату. Кандидаты, зачисляемые без проверки общеобразовательной подготовки и вне конкурса, кандидаты, пользующиеся преимущественным правом при зачислении. Обучение в военном образовательном учреждении. Санкции, применяемые к лицам, отчисленным из военного образовательного учреждения: направление для прохождения военной службы по призыву, возмещение средств, затраченных на обучение. Завершение обучения и присвоение офицерского звания.

Международная миротворческая деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность международного сотрудничества в области поддержания стабильности и мира. Участие России в урегулировании конфликтов. Внутренние и международные документы, на основании которых осуществляется миротворческая деятельность. Социальные гарантии и компенсации военнослужащим, проходящим службу в «горячих точках».

МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТВ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ-2ч.

Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Особенности ведения военных действий в XX веке. Основные документы международного гуманитарного права. Цели международного гуманитарного права: защита населения и ограничения при ведении военных действий. Основные типы ограничений при ведении военных действий в международном гуманитарном праве: по лицам, объектам, средствам и методам. Главный принцип ведения боевых действий. Запреты в отношении методов и средств ведения боевых действий.

Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта. Назначение международных отличительных знаков и история их использования. Лица и объекты, находящиеся под защитой и имеющие право на использование отличительных знаков. Последствия недобросовестного использования отличительных знаков. Система гражданской обороны, ее задачи и используемый отличительный знак. Понятие о культурных ценностях. Общая и особая защита культурных ценностей и обозначающие ее специальные отличительные знаки. Отличительный знак защиты установок и сооружений, содержащих опасные силы. Предназначение белого флага. Создание нейтральной зоны и обозначающий ее знак.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ-2ч.

Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Понятие о стрессе и дистрессе. Практические советы по подготовке к стрессогенной ситуации и благополучному выходу из нее. Признаки стрессового состояния.

Личность и социальная роль военного человека. Понятие о личности, социальной позиции, социальной роли. Принятие социальной роли военного человека. Важность знаний о стрессе и собственных психологических особенностях.

Психологические свойства в структуре личности. Направленность как ведущее психологическое свойство в структуре человеческой личности. Понятие о мировоззрении. Важность наличия у призывника и военнослужащего правильно сформированного мировоззрения.

Слухи и искаженная информация. Причины и последствия распространения негативных слухов относительно военной службы. Типология слухов. Психологические закономерности распространения слухов. Профилактика воздействия слухов на формирование мировоззрения.

О морально-этических качествах военнослужащих. Понятие о совести. Требования совести, ее основа и проявления. Понятие о чести и достоинстве. Понятие о чести коллектива. Защита Родины как защита личного достоинства.

Чувства личности и военная служба. Понятие о чувствах и эмоциях личности. Понятие о чувстве патриотизма. Причины психофизиологических трудностей, с которыми сталкиваются призывники и новобранцы.

Самовоспитание и самосовершенствование личности. Понятие о самовоспитании и самосовершенствовании. Чувства, имеющие способность к развитию. Понятие о сознательном действии. Преодоление внутренних и внешних препятствий ради осуществления цели.

Психическое саморегулирование и самоанализ. Понятие о психическом саморегулировании. Применение психического саморегулирования. Наиболее известные методы психического саморегулирования. Самоанализ: разновидности, поставленные цели, используемые приемы. Важность ведения записей о ходе исследования своей личности и данных, полученных в ходе самоанализа.

**Учебно-тематическое планирование
10 КЛАСС**

(1 час в неделю, всего 34 часа; уч. сборы 35 часов)

НАИМЕНОВАНИЯ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	Кол-во часов
Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях	20
Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	2
Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера	1
Уголовная ответственность несовершеннолетних	3
Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
Законодательные и нормативные правовые акты российской федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства	2
Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	2
Современные средства поражения и их поражающие факторы	4
Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время	4
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	4
Основные инфекционные заболевания и их профилактика	3
Значение двигательной активности для здоровья человека	1
Раздел III. Основы военной службы	10
Вооруженные силы российской федерации — защитники нашего отечества	6

Воинская обязанность	4
Учебные сборы по основам подготовки к военной службе	35
Итого	69

11 КЛАСС

(1 час в неделю, всего 34 часа)

Наименования разделов и тем	Кол-во часов
Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14
Основы здорового образа жизни	6
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	8
Раздел II. Основы военной службы	20
Боевые традиции Вооруженных Сил России	2
Символы воинской чести	4
Особенности военной службы	5
Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России	5
Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов	2
Психические основы подготовки к военной службе.	2
Итого	34

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся
10 КЛАСС
 1 час в неделю

Номера уроков	Наименование и краткое содержание тем	Характеристика основных видов учебной деятельности
Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях (20 ч) <u>ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВЫНУЖДЕННОГО АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ (2 ч)</u>		
1	Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств. Принятие решения оставаться на месте аварии или уйти с места аварии	Определяют и анализируют основные причины вынужденного автономного существования. Учатся правильно принимать решение и действовать в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств
2	Автономное существование человека в условиях природной среды. Способы ориентирования на местности: по компасу; по небесным светилам; по растениям и животным; по местным признакам. Движение по азимуту. Оборудование временного жилища. Виды временных жилищ. Добыча огня и разведение костра. Типы костров. Обеспечение питанием и водой	Характеризуют и практически осваивают наиболее распространенные способы ориентирования на местности и движения по азимутам. Учатся правильно выбирать тип временного укрытия, места для него, оборудовать такое укрытие в теплое и холодное время года. Получают практические навыки в выборе места для костра, разведении и тушении костра, добывании огня. Называют источники питания и водоснабжения при автономном выживании, правила безопасного обеспечения пищей и водой
<u>ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СИТУАЦИЯХ КРИМИНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА (1 ч)</u>		
3	Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера: на улице; в общественных местах; на массовом мероприятии; в общественном транспорте; на железнодорожном транспорте; в подъезде дома; в лифте. Необходимая оборона	Закрепляют знания, умения и навыки, полученные в основной школе. Объясняют содержание, правила и пределы необходимой обороны
<u>УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ (3 ч)</u>		

4	<p>Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Виды преступлений в зависимости от характера и степени их общественной опасности: небольшой тяжести; средней тяжести; тяжкие; особо тяжкие. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. В каких случаях уголовная ответственность наступает с 14 лет. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним: штраф; лишение права заниматься определенной деятельностью; обязательные работы; исправительные работы; арест; лишение свободы на определенный срок. Принудительные меры воспитательного воздействия в отношении несовершеннолетних</p>	<p>Выявляют виды преступлений, уголовную ответственность несовершеннолетних, виды наказаний для несовершеннолетних, назначаемых им принудительных мерах воспитательного воздействия</p>
5	<p>Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Наказания за разрушение, повреждение и приведение в негодность транспортных средств, путей сообщения и средств сигнализации. Виды транспортных средств, на которые распространяются действия Уголовного кодекса. Уголовная ответственность за угон автомобиля</p>	<p>Анализируют уголовную ответственность за разрушение, повреждение и приведение в негодность транспортных средств, транспортного оборудования и коммуникаций; угон автомобиля</p>
6	<p>Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм. Понятие о хулиганстве, вандализме и сопротивлении</p>	<p>Характеризуют уголовную ответственность за хулиганство, вандализм и неуважительное отношение к</p>

	представителю власти. Уголовная ответственность за хулиганство, вандализм и преступления, связанные с неуважительным отношением к усопшим и местам их захоронения	усопшим и местам их захоронения
<u>ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА (2 ч)</u>		
7, 8	Правила безопасного поведения: при землетрясении; сходе лавин, оползней, селей, обвалов, возникновении урагана, бури, смерча; наводнении; пожаре в здании, оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ; оповещении об аварии на радиационно опасных объектах; во время лесного пожара	Закрепляют универсальные учебные действия, полученные при изучении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в 7 и 8 классах основной школы
<u>ЗАКОНОДАТЕЛЬНЫЕ И НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ОБЛАСТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА ГОСУДАРСТВА (2 ч)</u>		

<p>9, 10</p>	<p>Основные положения Федеральных законов: «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму», «О радиационной безопасности населения», «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», «О промышленной безопасности опасных производственных объектов», «О безопасности гидротехнических сооружений», «О транспортной безопасности», «О качестве и безопасности пищевых продуктов», «О противодействии экстремистской деятельности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О наркотических средствах и психотропных веществах», «Об охране окружающей среды», «О безопасном обращении с пестицидами и агрохимикатами», а также наиболее важных подзаконных актов в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций и в области пожарной безопасности</p>	<p>Формулируют основное содержание Федеральных законов: «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму». С основными положениями остальных законов и подзаконных актов знакомятся самостоятельно</p>
--------------	---	---

ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА КАК СИСТЕМА МЕРПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В ВОЕННОЕ ВРЕМЯ (2 ч)		
11	Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления. Из истории создания гражданской обороны; ее предназначение и задачи; структура и органы управления. Права и обязанности граждан в области гражданской обороны	Закрепляют знания, полученные на предыдущем занятии, и учебный материал, изученный в 9 классе основной школы
12	Организация защиты учащихся общеобразовательных организаций от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Основные задачи подсистемы РСЧС по предупреждению и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности, в которую входят общеобразовательные организации. План действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное время. План гражданской обороны общеобразовательной организации. Основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны	Определяют задачи функциональной подсистемы РСЧС, в которую входят общеобразовательные организации, характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное время и плана гражданской обороны общеобразовательной организации. Принимают участие в учениях и тренировках по гражданской обороне и защите от чрезвычайных ситуаций
СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯ И ИХ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ (4 ч)		
13	Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии. Виды ядерных взрывов: воздушные; наземные (надводные); подземные (подводные). Эпицентр ядерного взрыва. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна; световое излучение; проникающая радиация; радиоактивное	Характеризуют ядерное оружие как один из видов оружия массового поражения, выявляют его поражающие факторы

	загрязнение; электромагнитный импульс. Зоны радиоактивного загрязнения местности	
14	Химическое оружие. Понятие о химическом оружии. Боевые токсичные химические вещества (БТХВ): виды; пути проникновения в организм человека	Получают представление о химическом оружии, средствах его доставки и признаках его применения; боевых токсичных химических веществах и их классификации
15	Бактериологическое(биологическое) оружие. Понятие о бактериологическом оружии. Болезнетворные микробы: бактерии; вирусы; риккетсии; грибки. Способы применения бактериологического оружия: аэрозольный; трансмиссивный; диверсионный. Признаки применения бактериологического оружия	Анализируют применение бактериологического оружия и возбудителей заболеваний людей, животных и растений. Перечисляют способы и признаки применения этого оружия
16	Современные обычные средства поражения. Понятие об обычных средствах поражения. Их предназначение, состав, краткая характеристика	Анализируют различные боеприпасы (осколочные, фугасные, кумулятивные, бетонобойные, объемного взрыва, зажигательные) и высокоточное оружие (разведывательно-ударные комплексы и управляемые авиационные бомбы)
ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ РСЧС И ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ ПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В МИРНОЕ И ВОЕННОЕ ВРЕМЯ (4 ч)		
17	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Система оповещения населения на территории субъекта Российской Федерации. Способы, средства и порядок оповещения населения. Действия по сигналам оповещения	Расширяют представление о системе оповещения населения о чрезвычайных ситуациях, средствах, способах и порядке оповещения. Совершенствуют практические умения и навыки в действиях по сигналам оповещения
18	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о средствах коллективной защиты, убежищах, противорадиационных укрытиях, укрытиях простейшего типа. Принципиальная схема планирования убежища. Размещение и правила поведения людей в убежище	Закрепляют и углубляют знания об убежищах, противорадиационных укрытиях, укрытиях простейшего типа и их оборудовании. Изучают правила поведения людей в убежищах
19	Средства индивидуальной защиты населения. Классификация средств индивидуальной защиты органов дыхания по принципу защитного действия. Принцип действия фильтрующих про-	Характеризуют средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Совершенствуют умения и навыки в их практическом

	<p>тивогазов. Устройство гражданского противогаза ГП-7. Средства защиты кожи. Общевойсковой защитный комплект, легкий защитный костюм Л-1, защитная фильтрующая одежда, простейшие средства защиты. Медицинские средства защиты: аптечка индивидуальная, индивидуальные противохимические пакеты. Правила пользования средствами индивидуальной защиты органов дыхания, кожи</p>	<p>применении</p>
20	<p>Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Понятие об аварийно-спасательных и неотложных работах. Основные виды обеспечения и содержание аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зонах заражения: частичная; полная. Первоочередное жизнеобеспечение населения в чрезвычайных ситуациях</p>	<p>Изучают задачи, содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных и неотложных работ, содержание и порядок проведения частичной и полной санитарной обработки, основные мероприятия по жизнеобеспечению населения в чрезвычайных ситуациях. Практически осваивают проведение частичной санитарной обработки</p>
<p>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч) ОСНОВНЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА (3 ч)</p>		
21	<p>Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Виды микроорганизмов в зависимости от их влияния на организм человека. Группы инфекционных заболеваний и их характеристика. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Эпидемия. Пандемия. Пути передачи инфекции. Понятие об иммунитете</p>	<p>Классифицируют причины возникновения, пути передачи и распространения инфекционных заболеваний, получают представление об иммунитете и иммунной реакции организма</p>

22	Профилактика инфекционных заболеваний. Правила предотвращения распространения инфекции. Вакцинация и ревакцинация. Внешние признаки инфекционного заболевания, инкубационный период	Анализируют элементы эпидемиологической цепи, внешние признаки и инкубационный период инфекционного заболевания. Изучают правила по предотвращению инфекционных заболеваний, которые необходимо соблюдать в повседневной жизни
23	Наиболее распространенные инфекционные заболевания: дизентерия; инфекционный гепатит; ботулизм; пищевые токсикоинфекции; грипп; дифтерия; краснуха; скарлатина; свинка (эпидемический паротит)	Получают представление о возбудителях, путях заражения, признаках и мерах профилактики наиболее распространенных инфекционных заболеваний
ЗНАЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА (1 ч)		
24	Двигательная активность — обязательное условие здорового образа жизни. Основные составляющие тренированности организма человека: сердечно-дыхательная выносливость; мышечная сила и выносливость; скоростные качества; гибкость	Расширяют представление и углубляют знания о значении двигательной активности и физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, гармоничного развития личности и профилактики заболеваний. Выполняют практические задания по определению своей сердечно-дыхательной выносливости, силы кисти и гибкости
Основы военной службы (10 ч)		
ВООРУЖЕННЫЕ СИЛЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ — ЗАЩИТНИКИ НАШЕГО ОТЕЧЕСТВА (6 ч)		
25	История создания Вооруженных Сил России. Военная организация Московского государства (XIV—XV вв.). Военные реформы Ивана Грозного. Создание регулярной армии. Военные реформы Петра I. Военные реформы во второй половине XIX в. и в начале XX в. Создание Рабоче-крестьянской Красной армии	Получают представление об историческом пути Вооруженных Сил России и наиболее значимых военных реформах. Анализируют цели и содержание этих реформ
26, 27, 28	Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Сухопутные войска: предназначение, состав и вооружение. Воздушно-космические силы: предназначение, состав, вооружение. Военно-морской флот: предназначение и состав. Рода войск: Ракетные войска стратегического назначения, Воздушно-десантные войска. История их создания и	Анализируют организационную структуру Вооруженных Сил РФ, виды ВС и рода войск, их предназначение, состав, вооружение и оснащение

	предназначение. Тыл Вооруженных Сил. Специальные войска: инженерные, связи, радиационной, химической и биологической защиты. История создания, состав и предназначение	
29	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Понятие об обороне, обороноспособности и безопасности государства. Краткое содержание Федеральных законов «Об обороне» и «О безопасности». Силы обеспечения обороны и безопасности	Определяют главное предназначение Вооруженных Сил РФ, сил обеспечения обороны и безопасности нашего государства. Закрепляют знание Федеральных законов «Об обороне» и «О безопасности»
30	Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Войска национальной гвардии Российской Федерации. Инженерно-технические и дорожно-строительные воинские формирования. Задачи, возложенные на другие войска, воинские формирования и органы	Характеризуют состав и предназначение других войск, воинских формирований и органов, выполняющих задачи в области обороны
ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ (4 ч)		
31	Основные понятия о воинской обязанности. Структура и содержание воинской обязанности. Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Приоритетность военной службы перед другими видами государственной службы и иной деятельности. Войска, органы и формирования, в которых граждане проходят военную службу. Правовые основы воинской обязанности	Определяют структуру и содержание воинской обязанности. Характеризуют воинскую службу как особый вид федеральной государственной службы
32	Организация воинского учета и его предназначение. Состав и задачи комиссии по постановке граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за неявку по вызову военкомата. Уважительные причи-	Получают представление о первоначальной постановке на воинский учет, составе и работе комиссии по постановке граждан на воинский учет. Изучают обязанности граждан по воинскому учету, уважительные

	ны неявки по вызову военкомата	причины неявки по вызову военкомата и ответственность за уклонение от исполнения воинской обязанности
33	<p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Содержание обязательной подготовки. Задачи и организация профессионального психологического отбора. Нормативы по физической подготовке для нового пополнения воинских частей. Оценка профессиональной пригодности граждан к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности.</p> <p>Добровольная подготовка граждан к военной службе. Содержание добровольной подготовки. Военно-прикладные виды спорта. Задачи военных кафедр гражданских вузов. Обучение в соответствии с дополнительными образовательными программами</p>	Изучают содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Анализируют свои показатели в учебной, общественной, спортивной и другой деятельности, определяют, какому классу воинских должностей они наиболее соответствуют. Определяют содержание и виды добровольной подготовки граждан к военной службе
34	<p>Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет. Предварительная работа военных комиссариатов при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Категории годности к военной службе по результатам медицинского освидетельствования</p>	Моделируют организацию и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет. Определяют категорию годности к военной службе
<u>УЧЕБНЫЕ СБОРЫ ПО ОСНОВАМ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ (35 ч)</u>		
	Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка. Военно-медицинская подготовка	Знакомятся с жизнью и бытом военнослужащих, основными образцами вооружения и военной техники. Характеризуют организацию, проведение и содержание занятий по боевой подготовке

11 КЛАСС

Номера уроков	Наименование и краткое содержание тем	Характеристика основных видов учебной деятельности
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 ч) <u>ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (6 ч)</u>		
1	Правила личной гигиены и здоровье. Уход за зубами, полостью рта, волосами. Некоторые понятия об очищении организма	Характеризуют правила по уходу за зубами, полостью рта и волосами. Получают общее представление о методиках очищения организма
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни. Психологические советы супругам по достижению взаимопонимания, сохранению любви и уважения друг к другу	Анализируют сведения о семье и браке, факторах, влияющих на гармонию совместной жизни супругов. Характеризуют психологические рекомендации по достижению взаимопонимания, сохранению любви и уважения в будущей семейной жизни. Анализируют примеры семейной жизни из литературных источников и фильмов. Выполняют тестовое задание на определение совместимости характеров
3, 4	Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Условия и порядок заключения брака. Признание брака недействительным. Расторжение брака. Права и обязанности родителей и детей. Лишение родительских прав	Анализируют основные положения Семейного кодекса Российской Федерации, определяющие условия и порядок вступления в брак, прекращения брака и признания его недействительным, а также отношения между членами семьи
5, 6	Заболевания, передающиеся половым путем. Наиболее распространенные заболевания, передающиеся половым путем, их признаки и профилактика. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика. Уголовная ответственность за заражение болезнью, передающейся половым путем, и ВИЧ-инфекцией	Характеризуют возбудителей, признаки и течение основных заболеваний, передающихся половым путем. Объясняют меры профилактики этих заболеваний и статьи Уголовного кодекса, предусматривающие ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (8 ч)		
7	Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Первая помощь при кровотечениях. Виды кровотечений и их характеристика. Причины и признаки кровотечений. Способы временной остановки кровотечений. Первая помощь при ранениях. Виды ран и их характеристика. Наложение различных видов повязок. Первая помощь при	Определяют виды кровотечений, их причины и признаки. Закрепляют практические умения и навыки остановки кровотечения различными способами. Получают представление о классификации ран. Учатся правильно оказывать первую помощь при обширных ранах и незначительных ранениях, накладывать повязки на

	обширных и незначительных ранах	различные участки тела
8	Первая помощь при открытых и закрытых переломах. Понятие об опорно-двигательном аппарате. Виды и признаки переломов. Первая помощь при открытом и закрытом переломе. Принципы и способы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами	Закрепляют навыки оказания первой помощи при повреждении опорно-двигательного аппарата
9	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника. Нарушения нервной системы, требующие оказания первой помощи. Причины и признаки травм головы и позвоночника, первая помощь. Признаки сотрясения головного мозга, первая помощь	Учатся оказывать первую помощь при черепно-мозговых травмах, повреждении позвоночника и сотрясении головного мозга
10	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза. Пневмоторакс. Перелом ребер и грудины. Открытый, закрытый и клапанный пневмоторакс. Ушиб брюшной стенки. Повреждения и ранения живота. Переломы костей таза	Учатся оказывать первую помощь при переломе ребер, закрытом и открытом пневмотораксе, ушибе брюшной стенки, закрытых повреждениях живота с внутрибрюшным кровотечением, разрывом того или иного полого органа, ранениях живота и переломах костей таза
11	Первая помощь при травматическом шоке. Причины травматического шока. Первичный и вторичный шок, их признаки и развитие	Анализируют причины, признаки и виды травматического шока. Учатся оказывать первую помощь при травматическом шоке до приезда врача
12	Первая помощь при попадании инородных тел в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути. Признаки и порядок оказания первой помощи	Учатся оказывать первую помощь при попадании инородных тел (монеты, горошины, пуговицы, бусины, кусочки пищи) в полость носа, глотку, пищевод, верхние дыхательные пути
13	Первая помощь при остановке сердца. Причины и признаки остановки сердца. Определение пульса на сонной артерии. Оказание экстренной реанимационной помощи	Учатся оказывать первую помощь при остановке сердца. Объясняют действия по выполнению реанимационных мероприятий
14	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Причины возникновения и симптомы острой сердечной недостаточности и инсульта. Порядок оказания первой помощи	Учатся оказывать первую помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте
Основы военной службы (20 ч) БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (2 ч)		

15	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Боевые традиции. Важнейшие боевые традиции Вооруженных Сил России. Героизм и мужество. Воинская доблесть и воинская честь	Характеризуют важнейшие боевые традиции Вооруженных Сил РФ. Работают с различными источниками информации, подбирая материал о боевых традициях нашего народа и армии
16	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений. Воинские коллективы, их особенности, типы и их традиции. Войсковое товарищество и его роль в армии	Получают представление о воинских коллективах, их особенностях, типах и традициях, о влиянии войскового товарищества на сплоченность и боеспособность воинского коллектива. Работая с различными источниками информации, подбирают примеры, иллюстрирующие войсковое товарищество как боевую традицию российских воинов
СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ (4 ч)		
17	Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Из истории знамени. Положение о Боевом знамени воинской части в ВС РФ. Ритуал вручения Боевого знамени	Анализируют основные положения документов о Боевых знаменах воинских частей, ритуале их вручения и порядке хранения. Работая с различными источниками информации, подбирают примеры, иллюстрирующие значение Боевого знамени как символа чести, доблести и славы
18	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Из истории наград, орденов и медалей. Государственные награды СССР. Государственная наградная система Российской Федерации	Анализируют историю наград, орденов и медалей дореволюционной России, Советского Союза и государственной наградной системы Российской Федерации. Беседуют со своими родственниками, награжденными государственными наградами, и узнают, за какие подвиги и заслуги они награждены
19	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Структура воинских ритуалов: ритуалы боевой, учебно-боевой, повседневной деятельности. Ритуал приведения к Военной присяге (принесения обязательства). Ритуал подъема и спуска Государственного флага Российской Федерации. Ритуал вручения военнослужащим вооружения, военной техники и стрелкового оружия	Характеризуют структуру воинских ритуалов и порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к Военной присяге (принесения обязательства), подъем и спуск Государственного флага Российской Федерации, вручение военнослужащим вооружения, военной техники и стрелкового оружия
20	Дни воинской славы России. Победные дни России,	Изучают материалы о днях воинской славы России. Готовят

	установленные Федеральным законом «О днях воинской славы и памятных датах России»	сообщения и рефераты об этих днях, в том числе и об участии в этих событиях своих родственников
<u>ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (5 ч)</u>		

21	<p>Правовые основы военной службы. Военное законодательство. Конституция Российской Федерации - база законодательства об обороне и военном строительстве. Основные законодательные акты, регулирующие вопросы воинской обязанности и военной службы. Права и свободы военнослужащих. Социальные гарантии и компенсации военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Альтернативная гражданская служба.</p> <p>Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. Из истории воинских уставов России. Содержание общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации: Устава внутренней службы ВС РФ, Устава гарнизонной и караульной служб ВС РФ, Дисциплинарного устава ВС РФ, Строевого устава ВС РФ. Понятие о боевых уставах</p>	<p>Изучают и анализируют положения Конституции и федеральных законов, регламентирующие вопросы воинской обязанности, военной службы и обороны страны. Знакомятся с историей создания российских воинских уставов. Характеризуют основное содержание общевоинских уставов ВС РФ: Устава внутренней службы ВС РФ, Устава гарнизонной и караульной служб ВС РФ, Дисциплинарного устава ВС РФ, Строевого устава ВС РФ</p>
----	---	---

22	<p>Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. История ритуала посвящения в воины. Формула торжественного обещания воинов Рабоче-крестьянской Красной армии. Военная присяга, принимаемая гражданами Российской Федерации: содержание, порядок принятия</p>	<p>Анализируют историю создания ритуала посвящения в воины (обряд клятвы на верность, присяга). Изучают текст Военной присяги, объясняют ее морально-нравственное и правовое значение, порядок принятия</p>
23	<p>Прохождение военной службы по призыву. Категории граждан, подлежащих призыву на военную службу. Сроки и порядок призыва. Проведение призыва. Предоставление отсрочки и освобождение от призыва. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.</p> <p>Прохождение военной службы по контракту. Категории граждан, имеющих право заключать контракт о прохождении военной службы, и требования, предъявляемые к ним. Условия заключения контракта. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы военнослужащих, заключивших контракт</p>	<p>Характеризуют категории граждан, подлежащих призыву на военную службу, сроки проведения призыва, предоставление отсрочки и освобождение от призыва, общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Характеризуют категории граждан, имеющих право заключать контракт о прохождении военной службы, условия заключения контракта, сроки службы по контракту, права и льготы военнослужащих, заключивших контракт</p>

24	<p>Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Виды увольнения. Причины досрочного увольнения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву. Предназначение и состав запаса Вооруженных Сил Российской Федерации. Разряды граждан, пребывающих в запасе. Прохождение военных сборов гражданами, состоящими в запасе. Освобождение от военных сборов.</p> <p>Воинские должности и воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Составы военнослужащих и воинские звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих</p>	<p>Характеризуют виды и причины увольнения военнослужащих, предназначение и состав запаса ВС РФ, порядок прохождения военных сборов гражданами, находящимися в запасе, и причины освобождения от сборов.</p> <p>Характеризуют воинские звания и составы, военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ</p>
25	<p>Права и ответственность военнослужащих. Статус военнослужащего как совокупность прав и свобод, а также обязанностей и ответственности, установленных законодательством. Дисциплинарная, административная, материальная, уголовная ответственность военнослужащих</p>	<p>Анализируют правовое положение, дисциплинарную, административную, материальную и уголовную ответственность военнослужащих</p>
<p>ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (5 ч)</p>		
26	<p>Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Патриотизм — важнейшее качество военнослужащих.</p>	<p>Расширяют представление о патриотизме, воинском долге, воинской дисциплине.</p> <p>Готовят сообщения и рефераты по этой тематике</p>

	Воинский долг и воинская дисциплина	
27	Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Содержание боевой подготовки воинов ВС РФ: тактическая подготовка, огневая подготовка, строевая подготовка, физическая подготовка, техническая подготовка, общевойсковые уставы ВС РФ	Анализируют систему боевой подготовки войск и основные предметы боевой подготовки
28	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Цели воинской деятельности, ее основные виды. Основные профессионально важные качества военнослужащих некоторых видов Вооруженных Сил и родов войск. Главные общие требования к каждому военнослужащему — высокий уровень боевого мастерства, дисциплинированности и психологической подготовки	Характеризуют воинскую деятельность и ее структуру, основные профессионально важные качества военнослужащих, главные общие требования, предъявляемые воинской деятельностью к военнослужащим
29	Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Понятие о начальниках и подчиненных, единоначалии, личной дисциплинированности и ее структуре. Значение дисциплинированности в ходе воинской деятельности	Объясняют принцип единоначалия в ВС РФ, личную дисциплинированность воина как важную социально-психологическую и нравственную черту его личности

30	<p>Как стать офицером Российской армии. Из истории военно-учебных заведений России. Система военного образования. Правила приема в военно-учебные заведения. Обучение в военно-учебном заведении. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Участие России в мероприятиях по прекращению военных конфликтов в различных регионах. Социальные гарантии и компенсации военнослужащим за службу в «горячих точках»</p>	<p>Характеризуют систему военного образования Российской Федерации, информацию о военных образовательных учреждениях профессионального образования и правилах приема в них, основные направления миротворческой деятельности ВС РФ</p>
<p><u>МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТВ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ (2 ч)</u></p>		
31	<p>Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Основные документы международного гуманитарного права. Общая защита гражданского населения. Основные типы ограничений ведения военных действий.</p>	<p>Перечисляют и характеризуют основные положения международного гуманитарного права, изученные в основной школе. Анализируют и сравнивают фрагменты текстов, определяют, какие положения международного гуманитарного права эти тексты иллюстрируют.</p>

32	<p>Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта. Правила использования эмблем красного креста, красного полумесяца и белого флага. Отличительный знак гражданской обороны и задачи гражданской обороны, предусмотренные международным гуманитарным правом. Защита культурных ценностей, установок и сооружений, содержащих опасные силы. Обозначение и предназначение нейтральной зоны</p>	<p>Объясняют и характеризуют международные отличительные знаки, применяемые во время военных конфликтов, их назначение и порядок использования</p>
<p><u>ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ (2 ч)</u></p>		
33	<p>Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Стресс и дистресс. Как справиться со стрессом. Личность и социальная роль военного человека. Понятие о личности, социальной позиции и социальной роли военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Направленность и мировоззрение личности. Слухи и искаженная информация. Типы, психологические закономерности распространения и мотивы слухов.</p>	<p>Характеризуют стресс и дистресс, социальную роль военного человека, психологические свойства в структуре личности, анализируют распространение негативных слухов в отношении армии. Учатся готовить себя к стрессогенной жизненной ситуации, распознавать признаки стрессового состояния и справляться со стрессом.</p>

34	<p>О морально-этических качествах военнослужащих. Совесть, честь и достоинство — основные требования к личности солдата. Чувства личности и военная служба. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ. Цели и методы психического регулирования. Некоторые методы самоанализа: вечерний обзор, проработка себя, перспектива, рабочая тетрадь</p>	<p>Анализируют и характеризуют морально-этические качества военнослужащих, пути самовоспитания и самосовершенствования личности, наиболее распространенные методики психического саморегулирования и самоанализа. Анализируют свои действия и впечатления, произведенные на окружающих людей в течение какого-либо дня</p>
----	--	--

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического объединения учителей физической культуры и ОБЖ МБОУ СОШ №7 от 26. 08.2022 года протокол №1

_____ С.А.Андрянченко
подпись руководителя МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
_____ М.С. Дверникова
29.08. 2022 года