


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Шаталовская средняя школа

РАССМОТРЕНО
Протокол заседания ШМО
учителей музыки, ИЗО,
технологии, ОБЖ, физической
культуры
№ 1 от 29.08.2022 года
 Е.В. Куролесова

ПРИНЯТО
Протокол заседания
педагогического совета
№1 от 30.08.2022 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
 С. Мамичева
Приказ № 215 а от 31.08.2022
года



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО ОБЖ
(10-11 КЛАССЫ)**

Составители:

– Игнащенко Владимир Николаевич, учитель истории, обществознания, ОБЖ

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Т.Д. Прокофьева
«31» августа 2022 года

2022

Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ для 10-11 классов составлена на основе следующих документов:

- приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (в редакции от 29.12.2014 № 1645);
- основная образовательная программа среднего общего образования МБОУ Шаталовской СШ;
- Положение о рабочей программе учебного предмета МБОУ Шаталовской СШ;
- учебный план МБОУ Шаталовской СШ;
- примерной основной образовательной программой среднего общего образования и авторской рабочей программой принадлежащей к завершённой предметной линии учебников В. Н. Латчука, В. В. Маркова, С. К. Миронова и др. (Рабочая программа. Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы. Базовый уровень: учебно-методическое пособие / авт.-сост. В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский, М. А. Ульянова. — 3-е изд., перераб. — М.: Дрофа, 2017.)

Рабочая программа ориентирована на использование учебников:

1. Латчук В. Н., Марков В.В., Миронов С. К., Вангородский С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений — М.: Дрофа, 2017.
2. Латчук В. Н., Марков В.В., Миронов С. К., Вангородский С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений — М.: Дрофа, 2017.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» включается во все учебные планы из расчета 1 ч в неделю в 10 и 11 классах (всего 68 ч).

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

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

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

На основе программы, курс «Основ безопасности жизнедеятельности», может быть выстроен как по линейному, так и по концентрическому типу. При составлении рабочих программ в отдельных темах возможны дополнения с учетом местных условий и специфики обучения.

Основы безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

Цели изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10—11 классах общеобразовательных организаций вытекают из целей изучения предмета в основной школе, выполняя принцип преемственности и непрерывности образования в основной и старшей школе. Изучение курса направлено на достижение следующих целей:

о **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; о воинской обязанности и военной службе;

• **воспитание** у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;

• **формирование** у обучающихся гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, в том числе культуры безопасности жизнедеятельности, самостоятельности, инициативности, способности к успешной социализации в обществе;

• **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

• **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую помощь пострадавшим и самопомощь.

Эти цели соответствуют современным потребностям личности, общества и государства и должны быть успешно реализованы в процессе обучения и воспитания подрастающего поколения.

Значимость курса обусловлена тем, что в нем реализуются требования Конституции Российской Федерации, ряда важнейших федеральных законов и нормативных правовых документов федерального уровня.

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.

Рабочая программа включает следующие разделы:

1. Пояснительная записка.
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета: личностные, метапредметные, предметные.
3. Содержание учебного предмета
4. Календарно-тематическое планирование.

Рабочая программа определяет цели изучения предмета в школе, содержание тем курса, дает примерное распределение учебных часов по разделам курса, перечень практических и контрольных работ, выполняемых обучающимися.

Требования к результатам обучения

Личностные результаты освоения основной образовательной программы

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы "Основы безопасности жизнедеятельности" (базовый уровень):

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

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

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

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

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

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

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

10) 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;

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

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

Содержание учебной программы 10 класс

Основы комплексной безопасности

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

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

Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

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

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации. Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и санитарного назначения.

Основы обороны государства

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

вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.

Элементы начальной военной подготовки

Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.

Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Кол-во часов	Кол-во практических работ
Основы комплексной безопасности	8	
Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций	12	1
Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации	3	
Основы здорового образа жизни	2	
Основы обороны государства	4	
Элементы начальной военной подготовки	5	
Всего	34	1

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 11 класс

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

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.

Сифилис. 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.

Хламидиоз. 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 венерической болезнью. 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

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 ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.

Ушиб. Причины закрытых повреждений тканей. Признаки ушиба. Порядок оказания первой помощи при ушибах.

Растяжение. Причины растяжения связок. Признаки растяжения. Порядок оказания первой помощи при растяжениях.

Разрыв. Причины разрывов связок, мышц, сухожилий, сосудов и нервов. Признаки разрывов связок и мышц. Порядок оказания первой помощи при разрывах связок и мышц.

Вывих. Причины вывихов. Признаки вывиха. Порядок оказания первой помощи при вывихах.

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 головно гомозга. 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. 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 в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. Признаки попадания инородных тел в полости 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.

И н с у л ь т. Причины и симптомы инсульта. Оказание первой помощи при инсульте.

Основы военной службы

БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

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

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 военнослужащим вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Правовые основы военной службы. Основы правового регулирования обеспечения обороны страны и строительства Вооруженных Сил в Конституции Российской Федерации. Основопологающие 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 военнослужащим. 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 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 общегосударственных 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 взаимоотношения между военнослужащими.

ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

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 важность 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

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

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Кол-во часов	Кол-во практических работ
Тема: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (13 ч)		
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	4	
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ	9	3
Основы военной службы (21 ч)		
БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ	2	
СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ	4	
ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ	6	
ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ	5	
МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТВ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ	2	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ	2	
Итого	34	3

**Поурочное планирование рабочей программы
основного среднего образования по ОБЖ 10 класс**

№	Тема	Дата	Виды деятельности учащихся
Тема: «Основы комплексной безопасности» - 8 ч.			
1.	Экологическая безопасность и охрана окружающей среды.		Закрепляют универсальные учебные действия, полученные при изучении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в 7 и 8 классах основной школы
2.	Автономное существование в природной среде.		Определяют и анализируют основные причины вынужденного автономного существования. Учатся правильно принимать решение и действовать в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств
3.	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.		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 теплом и холодное время года. Получают практические навыки в выборе места для костра, разведении и тушении костра, добычании огня. Называют источники питания и водоснабжения при автономном выживании, правила безопасного обеспечения пищей и водой
4.	Безопасность на транспорте.		Называют предназначение сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Характеризуют основные знаки безопасности. Выявляют особенности сигнальных цветов. Сопоставляют группы основных знаков. Распознают сигнальную разметку, определяют места нанесения. Называют группы дорожных знаков, их предназначение. Определяют функции дорожной разметки. Анализируют основные положения Правил дорожного движения.
5.	Правила безопасности участников дорожного движения		Объясняют предназначение транспортного средства. Анализируют аспекты безопасности, касающиеся автомобилей. Моделируют поведение водителя на дороге с интенсивным движением. Определяют и характеризуют внешние факторы, воздействующие на водителя автомобиля во время движения. Объясняют особенности движения в темное время суток и при недостаточной видимости. Выделяют группы риска среди пешеходов. Выявляют опасности при движении в гололеду и задним ходом, а также во время обгона. Приобретают знания об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Учатся правильно действовать в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения
6.	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях		Изучают правила поведения в криминогенных ситуациях. Получают представление об элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера
7.	Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.		Получают общие сведения об экстремальных видах молодежных увлечений. Понятия «зависимость» и «экстрим». Экстремальные увлечения на транспорте: зацепинг и метрозцеп. Селфи, лонгбординг и стритлагинг. Определяют этапы попадания в зависимость от экстрима. Перечисляют и характеризуют экстремальные увлечения, связанные с транспортом. Называют особенности лонгбординга и стритлагинга. Анализируют экстремальные увлечения, представляющие наибольшую опасность для жизни и здоровья
Тема: «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» - 12 ч.			
8.	ЧС природного характера. Правила поведения при ЧС.		Изучают и анализируют потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. Учатся правильно действовать в ЧС природного и техногенного характера. Закрепляют универсальные учебные действия, полученные при изучении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в 7 и 8 классах основной школы.
9.	ЧС техногенного характера. Аварии, катастрофы. Правила поведения при ЧС техногенного характера		
10.	Единая государственная система РСЧС. Предназначение и задачи РСЧС. Структура РСЧС		Приобретают знания о предназначении, структуре и задачах РСЧС. Учатся использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.
11.	Законы и нормативные акты по РФ по безопасности. Права и обязанности граждан при защите от ЧС		Узнают основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Учатся использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.
12.	Гражданская оборона. Цели и задачи. Организация защиты образовательных учреждений		Получают представление о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах. Учатся правильно действовать для обеспечения личной безопасности.

13.	Ядерное оружие. Химическое оружие		Характеризуют ядерное оружие как один из видов оружия массового поражения, выявляют его поражающие факторы. Получают представление о химическом оружии, средствах его доставки и признаках его применения; боевых токсичных химических веществах и их классификации
14.	Бактериологическое оружие. Современные средства обычного ОМП		Анализируют применение бактериологического оружия и возбудителей заболеваний людей, животных и растений. Перечисляют способы и признаки применения этого оружия. Анализируют различные боеприпасы (осколочные, фугасные, кумулятивные, бетонобойные, объемного взрыва, зажигательные) и высокоточное оружие (разве дывательно-ударные комплексы и управляемые авиационные бомбы)
15.	Оповещение населения. Коллективные средства защиты.		Расширяют представление о системе оповещения населения о чрезвычайных ситуациях, средствах, способах и порядке оповещения. Совершенствуют практические умения и навыки в действиях по сигналам оповещения. Учатся действовать в чрезвычайных ситуациях. Изучают виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.
16.	Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи		Характеризуют средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Совершенствуют умения и навыки в их практическом применении.
17.	Практическое занятие «Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи»		Учатся и тренируются использовать СИЗ.
18.	Медицинские средства защиты АИ-2. Санитарная обработка людей		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
19.	Приборы химической и радиационной разведки		Приобретают знания об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС. Учатся использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности.
Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации – 3 ч.			
20.	Общее понятие о терроризме, экстремизме и наркотизме.	07.02	Характеризуют виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Пути распространения экстремистских идей. Знать, почему терроризм представляет серьезную угрозу миру и безопасности. Используют приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
21.	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности и распространение наркотиков	14.02	Знать основные статьи Уголовного кодекса и виды наказаний для террористов, экстремистов и за распространение наркотиков
22.	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.	21.02	<i>Знать</i> основные принципы и направления противодействия терроризму и экстремизму; правила безопасного поведения при угрозе теракта. <i>Уметь</i> использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
Тема: «Основы здорового образа жизни» - 2 ч.			
23.	Здоровый образ жизни. Сохранение и укрепление здоровья. Основные инфекционные заболевания. Профилактика	28.02	Получают представление о понятии «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье. Классифицируют причины возникновения, пути передачи и распространения инфекционных заболеваний, получают представление об иммунитете и иммунной реакции организма. Анализируют элементы эпидемиологической цепи, внешние признаки и инкубационный период инфекционного заболевания. Изучают правила по предотвращению инфекционных заболеваний, которые необходимо соблюдать в повседневной жизни. Получают представление о возбудителях, путях заражения, признаках и мерах профилактики наиболее распространенных инфекционных заболеваний.
24.	Биологические ритмы и их влияния на работоспособность. Значение двигательной активности. Профилактика вредных привычек.	07.03	Получают представление о биоритмах организма, о классификации хронотипов. Учатся соблюдать режим дня и корректировать его в соответствии с особенностями их хронотипа. 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. <i>Знать</i> о вредных привычках – факторах, разрушающих здоровье: табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей; алкоголь и репродуктивная функция; профилактика разрушаю-

			щего влияния алкоголя, наркомании и токсикомании. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни
Тема: «Основы обороны государства» - 4 ч.			
25.	Вооруженные силы РФ. История создания ВС РФ. Организация и структура, функции и основные задачи ВС РФ	14.03	Получают представление об историческом пути Вооруженных Сил России и наиболее значимых военных реформах. Анализируют цели и содержание этих реформ
26.	РВСН, сухопутные войска – назначение, состав.	21.03	Знать: состав и предназначение ВС РФ, функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, об управлении Вооруженными Силами; о реформе Вооруженных Сил, состав и предназначение ВС РФ. Анализируют организационную структуру Вооруженных Сил РФ, виды ВС и рода войск, их предназначение, состав, вооружение и оснащение. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил РФ, сил обеспечения обороны и безопасности нашего государства. Закрепляют знание Федеральных законов «Об обороне» и «О безопасности»
27.	Военно-космические силы.	04.04	
28.	Военно-морской флот.	11.04	Характеризуют важнейшие боевые традиции Вооруженных Сил РФ. 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. 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. 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
Тема: «Элементы начальной военной подготовки» - 5 ч.			
29.	Строй и управление ими.	18.04	Отрабатывают строевые приемы и движение без оружия. Выполняют воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения.
30.	Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова.	25.04	Выполняют неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки. Овладевают основами и правилами стрельбы.
31.	Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата.	02.05	Осваивают способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке.
32.	Элементы военной топографии.	16.05	Осваивают элементы военной топографии
33.	Действия по сигналам оповещения.	23.05	Отрабатывают подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ); способы выноса раненого с поля боя.
34.	Итоговое повторение	30.05	Беседа по основным разделам курса.

Поурочное планирование рабочей программы
основного среднего образования по ОБЖ 11 класс

№	Тема	Дата	Характеристика основных видов учебной деятельности
Тема: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (14 ч)			
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (4 ч)			
1.	Правила личной гигиены и здоровье.	02.09	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.	09.09	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.	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	16.09	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
4.	Заболевания, передающиеся половым путем.	23.09	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 (9 ч)			
5.	Первая помощь при кровотечениях и ранениях.	30.09	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 различные участки тела. Пр. занятие
6.	Первая помощь при кровотечениях и ранениях.	07.10	
7.	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.	14.10	Закрепляют навыки оказания первой помощи при повреждении опорно-двигательного аппарата. Пр. занятие
8.	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	21.10	Учатся оказывать первую помощь при черепно-мозговых травмах, повреждении позвоночника и сотрясении головного мозга
9.	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	28.10	Учатся оказывать первую помощь при переломе ребер, закрытом и открытом пневмотораксе, ушибе брюшной стенки, закрытых повреждениях живота с внутрибрюшным кровотечением, разрывом того или иного полового органа, ранениях живота и переломах костей таза
10.	Первая помощь при травматическом шоке.	11.11	Анализируют причины, признаки и виды травматического шока. Учатся оказывать первую помощь при травматическом шоке до приезда врача
11.	Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.	18.11	Учатся оказывать первую помощь при попадании инородных тел (монеты, горошины, пуговицы, бусины, кусочки пищи) в полость носа, глотку, пищевод, верхние дыхательные пути
12.	Первая помощь при остановке сердца.	25.11	Учатся оказывать первую помощь при остановке сердца. Объясняют действия по выполнению реанимационных мероприятий Пр. занятие
13.	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	02.12	Учатся оказывать первую помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте
Основы военной службы (21 ч)			
БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (2 ч)			
14.	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	09.12	Характеризуют важнейшие боевые традиции Вооруженных Сил РФ. Работают с различными источниками информации, подбирая материал о боевых традициях нашего народа и армии
15.	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений.	16.12	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)			
16.	Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.	23.12	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
17.	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	29.12	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
18.	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	13.01	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
19.	Дни воинской славы России.	20.01	Изучают материалы о днях воинской славы России. Готовят сообщения и рефераты об этих днях, в том числе и об участии в этих событиях своих родственников
ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (6 ч)			
20.	Правовые основы военной службы.	27.01	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
21.	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни.	03.02	
22.	Военная присяга - клятва воина на верность Родине - России.	10.02	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
23.	Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	17.02	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. 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.
24.	Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды.	03.03	Характеризуют воинские звания и составы, военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ
25.	Права и ответственность военнослужащих.	10.03	Анализируют правовое положение, дисциплинарную, административную, материальную и уголовную ответственность военнослужащих
ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (5 ч)			
26.	Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	17.03	Расширяют представление о патриотизме, воинском долге, воинской дисциплине. Готовят сообщения и рефераты по этой тематике
27.	Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	07.04	Анализируют систему боевой подготовки войск и основные предметы боевой подготовки
28.	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	14.04	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 РФ, воинские уставы, приказы командиров и начальников.	21.04	Объясняют принцип единоначалия в ВС РФ, личную дисциплинированность воина как важную социально-психологическую и нравственную черту его личности
30.	Как стать офицером Российской армии. Международная миротворческая деятельность Вооруженных Сил РФ.	28.04	Характеризуют систему военного образования Российской Федерации, информацию о военных образовательных учреждениях профессионального образования и правилах приема в них, основные направления миротворческой деятельности ВС РФ
МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТВ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ (2 ч)			
31.	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	05.05	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. Объясняют и характеризуют международные отличительные знаки, применяемые во время военных конфликтов, их назначение и порядок использования
32.	Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта.	12.05	
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ (2 ч)			
33.	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Психологические свойства в структуре личности.	19.05	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. 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
34.	Чувства личности и военная служба. Самовоспитание. Психическое саморегулирование и самоанализ.	26.05	

Оборудование на базе центра «Точка роста» для проведения практических работ

1.	Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации	1
2.	Тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей	1
3.	Набор имитаторов травм и поражений	1
4.	Шина складная	1
5.	Воротник шейный	1
6.	Табельные средства для оказания первой медицинской помощи	1