

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия»

Рассмотрена
Методическим объединением
физической культуры, технологии,
искусстваи ОБЖ
Протокол № 1
от «30» августа 2016 г.

Утверждена
приказом директора МБОУ «Гимназия»

от «01» сентября 2016г. № 276

**Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности
на уровень среднего общего образования
(10-11 классы)**

Черногорск, 2016г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности на уровень среднего общего образования (10-11 классы) является частью Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Гимназия» и состоит из следующих разделов:

- 1) планируемые результаты освоения учебного предмета;
- 2) содержание учебного предмета;
- 3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Личностные результаты

Личностными результатами обучения ОБЖ в 10-11 классах являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях, экологическое сознание.

Метапредметные результаты

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты

10 КЛАСС

Знать/понимать:

- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- ориентирование на местности, оборудование временного жилища, добыча огня, обеспечение питанием и водой;
- правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера;

- об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним;
- права и ответственность в части правил дорожного движения;
- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения,
- потенциально опасные объекты в районе проживания.
- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- основные понятия ГО;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- коллективные и индивидуальные средства защиты;
- организация и ведение АСиДНР (аварийно-спасательных и других неотложных работ) в зонах ЧС;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики;
- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль биоритмов в жизни человека;
- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики;
- история создания вооруженных сил, структура вооруженных сил;
- размещение и быт военнослужащих;
- понятия о воинской обязанности, первоначальной постановки на воинский учет;
- обязательная подготовка к военной службе;
- добровольная подготовка граждан к военной службе, военно-прикладные виды спорта;
- организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет;

Уметь:

- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;

- определять опасности криминогенного характера в повседневной жизни;
- определить какую ответственность понесет несовершеннолетний за преступления;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией;
- работать с правовыми документами;
- определять вид применяемых современных средств поражения;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний;
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию;
- определять цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;
- определять назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе.

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

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

11 КЛАСС

знать/понимать

- правила личной гигиены;
- связь гигиены и физической культуры;
- роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;
- основные положения законодательства о семье и браке;
- заболевания, передающиеся половым путем, симптомы и их профилактика;
- первая помощь при кровотечениях, виды кровотечений, способы остановки кровотечений;
- правила оказания первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;
- правила оказания первой помощи при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника;
- правила оказания первой помощи при травмах груди, живота и области таза;
- правила оказания первой помощи при травматическом шоке, при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел;
- правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте;
- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации;
- патриотизм, дружба, войсковое товарищество, боевое знамя, ритуалы ВС;

- символы воинской чести: боевое знамя, ордена, ритуалы ВС РФ;
- особенности увольнения с военной службы и пребывание в запасе;
- правовые основы военной службы;
- общевоинские уставы ВС РФ;
- принятие военной присяги;
- организацию призыва на военную службу;
- порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения;
- особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой;
- воинские звания и военная форма одежды;
- права и ответственность военнослужащих;
- понятия патриотизм, воинский долг, воинская дисциплина;
- требования к военнослужащему-специалисту;
- порядок подготовки по воинским специальностям;
- понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;
- требования, предъявляемые к офицеру военной службой;
- международная (миротворческая) деятельность ВС РФ, важнейшие положения международного права войны;
- психологические основы подготовки к военной службы.

Уметь:

- правильно ухаживать за зубами, волосами, кожей, организмом;
- анализировать взаимоотношения в семье, находить компромиссы во взаимоотношениях в семье;
- различать симптомы ЗППП и ВИЧ-инфекции;
- оказывать первую помощь при кровотечениях, виды кровотечений, способы остановки кровотечений;
- оказывать первую помощь при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;
- оказывать первую помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника;
- оказывать первую помощь при травмах груди, живота и области таза;
- оказывать первую помощь при травматическом шоке, при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел;
- оказывать первую помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте;
- оказывать первую помощь при остановке сердца, проводить сердечно-лёгочную реанимацию;
- определять звания военнослужащих по знакам отличия;
- определять порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.

- работать с правовыми документами;

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

-ведения личной гигиены;

-оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;

-подготовки граждан к военной службе;

-подготовки к профессиональной деятельности.

Ученик научится:

10 класс

— Распознавать и анализировать особенности жизнедеятельности человека при автономном пребывании его в различных природных условиях.

— Применять в реальных природных условиях различные способы ориентирования на местности.

— Систематизировать знания в области безопасности дорожного движения.

— Анализировать информацию о возникновении пожаров в жилом секторе и в общественных зданиях, о причинах их возникновения и последствиях.

— Анализировать информацию о состоянии криминогенной ситуации в местах проживания и выработать правила личной безопасности в повседневной жизни.

— Самостоятельно добывать информацию о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, имевших место в регионе проживания, о причинах их возникновения и их последствиях.

— Формировать систему личного безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций, если чрезвычайная ситуация застала вас дома, на улице, в школе.

— Анализировать и уяснять основные направления организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

— Обосновывать основное предназначение и решаемые задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

— Объяснять предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС.

Ученик получит возможность научиться

— Самостоятельно разрабатывать и осуществлять однодневный выход на природу для отработки элементов ориентирования по местности.

— Обобщать и обрабатывать статистику имевших место чрезвычайных ситуаций природного характера в регионе проживания за несколько последних лет, разработать прогноз,

учитывающий вероятность возникновения чрезвычайной ситуации природного характера в Республике Хакасия в текущем году.

— Разрабатывать рекомендации по профилактике и минимизации последствий чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее часто случающихся в Республике Хакасия

— Самостоятельно подбирать материал и готовить занятие по теме: «Организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций».

— Оформлять схему, отображающую структуру РСЧС, её функциональные и территориальные подсистемы.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Ученик научится:

10 класс

— Формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии в подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе.

— Определять основные инфекционные заболевания по их признакам и проявлениям, анализировать причины их возникновения, соблюдать меры профилактики.

— Формировать индивидуальную систему здорового образа жизни и своевременно вносить в неё необходимые коррективы с учётом реальных жизненных обстоятельств.

— Анализировать основные факторы риска, пагубно влияющие на здоровье, соблюдать меры по их профилактике.

— Формировать негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье.

11 класс

— Выбатывать привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.

— Анализировать причины заражения инфекциями, передаваемыми половым путём (ИППП) и их возможные последствия.

— Формировать личный стиль поведения, снижающий риск раннего и случайного вступления в половую связь и способствующий профилактике заражения ИППП.

— Формировать убеждение в ключевой роли благополучной семьи в обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства.

— Уяснить и разбираться в основах семейно-брачных отношений, принятых в Российской Федерации в настоящее время.

- Формировать умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах и неотложных состояниях.
- Последовательно выполнять приёмы при оказании первой помощи в различных неотложных состояниях.
- Формировать умения в выполнении приёмов иммобилизации поврежденных частей тела и транспортировки пострадавшего.
- Усваивать основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
- Формировать умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.
- Усваивать порядок проведения сердечно-легочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких).

Ученик получает возможность научиться:

10 класс

- Анализировать и оценивать состояния личного здоровья в повседневной жизни, определять в какой мере оно обеспечивает эффективность жизнедеятельности и вносить определённые коррективы в образ жизни для сохранения и укрепления личного здоровья.
- Формировать умения в системе самоконтроля за своим здоровьем, умения планировать индивидуальную нагрузку на день и неделю с учётом биологических режимов и индивидуальных возможностей.

11 класс

- Самостоятельно анализировать информационные источники в области здорового образа жизни, подбирать и реализовывать рекомендации по обеспечению духовного, физического и социального благополучия.
- Самостоятельно расширять познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию).
- Прогнозировать по характерным признакам возникновение инсульта и оказывать первую помощь пострадавшему до прибытия скорой помощи.

Раздел-3. Основы военной службы.

Ученик научится:

10 класс

- Уяснять сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской

Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

— Систематизировать основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время.

— Осваивать систему оповещения населения чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

— Классифицировать виды инженерных защитных сооружений по их назначению.

— Формировать умения в использовании защитных сооружений гражданской обороны в условиях чрезвычайных ситуаций.

— Использовать средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

— Осознанно выполнять план гражданской обороны образовательного учреждения, выполняя свои обязанности, предусмотренные в нём.

— Характеризовать современные Вооружённые Силы Российской Федерации как основу военной организации государства, пути их реорганизации и повышения боевых возможностей.

— Формировать и объяснять общие понятия о воинской обязанности граждан Российской Федерации и о её назначении.

— Классифицировать составляющие воинской обязанности и раскрывать их содержание.

— Уяснять свои права и обязанности в области воинского учёта и обязательной подготовки к военной службе.

— Усваивать существующий порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, их быт и мероприятия, проводимые в войсках по сохранению и укреплению здоровья.

11 класс

— Формировать чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов — защитников Отечества.

— Формировать духовные и физические качества, необходимые для успешного выполнения воинского долга по вооружённой защите Отечества.

— Воспитывать убеждения в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, являются основой высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.

— Формировать понимание о значении символов воинской чести Вооружённых Сил РФ и их роли в военно-патриотическом воспитании военнослужащих, выработке у них чувства

достоинства, преданности своей Родине и готовности самоотверженно с оружием в руках защищать суверенитет, территориальную целостность и устойчивое развитие Российской Федерации.

— Уяснять и обосновывать положение о том, что военная служба — это особый вид федеральной государственной службы, которая требует от военнослужащего высокой профессиональной подготовки и особой ответственности за исполнение обязанностей по вооруженной защите Отечества.

— Формировать знания о предназначении суточного наряда, об обязанностях дежурного и дневального по роте.

— Уяснять цели и предназначение караульной службы в войсках.

— Понимать и обосновывать положение о том, что несение караульной службы является выполнением боевой задачи.

— Характеризовать часового как караульного, выполняющего боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста.

— Последовательно излагать основные обязанности часового и обосновывать факторы, определяющие его неприкосновенность.

— Анализировать и уяснять смысл нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе.

— Формировать умения самостоятельно подбирать информацию, способствующую воспитанию убеждений, качества привычек для успешного прохождения военной службы по призыву.

— Анализировать содержание общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации и характеризовать их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего.

— Формировать убеждение в необходимости целенаправленной индивидуальной подготовки к военной службе в области физической, психологической и интеллектуальной подготовок.

— Обосновывать значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.

— Уяснять и характеризовать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения.

— Уяснять и осознанно выполнять все мероприятия, связанные с призывом на военную службу.

— Характеризовать особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для прохождения военной службы по контракту.

— Уяснять и обоснованно излагать нормативно-правовые основы и порядок прохождения альтернативной гражданской службы.

— Уяснять порядок подачи заявления на прохождение альтернативной гражданской службы.

Ученик получит возможность научиться

10 класс

— Самостоятельно прорабатывать материал в различных источниках информации, в том числе в Интернете о реорганизации войск гражданской обороны в Спасательные воинские формирования постоянной готовности.

— Формировать свое мнение об этом мероприятии, обосновывать его и подкреплять примерами из опыта по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций.

11 класс

— Расширять кругозор в области развития военной организации государства в современных условиях.

— Использовать положения Военной доктрины Российской Федерации для уяснения основных задач Вооружённых Сил и других войск в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и военное время.

— Анализировать федеральные законы и другие нормативно-правовые акты, в которых определены правовые основы прохождения военной службы и характеризовать федеральную систему подготовки граждан Российской Федерации к военной службе.

— Подбирать и анализировать информацию о правах и свободах военнослужащих, проходящих военную службу по призыву в Вооружённых Силах Российской Федерации.

— Подбирать и анализировать информацию о существующих в современном мире военных угрозах и военных опасностях Российской Федерации и характеризовать основные внешние военные угрозы и основные внутренние военные угрозы Российской Федерации.

— Анализировать соответствующие источники информации и характеризовать основные пути совершенствования допризывной подготовки и военно-патриотического воспитания граждан РФ в целях развития военной организации государства.

— Формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего, в условиях повышения технической оснащённости Вооружённых Сил РФ и сокращения срока службы по призыву.

Планируемые результаты освоения учебных программ по всем учебным предметам на ступени основного общего образования с примерами заданий для итоговой оценки достижения планируемых результатов представлены в Приложении к данной Примерной основной образовательной программе основного общего образования.

2.Содержание учебного предмета

10 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (15ч)

Глава1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования (1ч)

На территории Республики Хакасия расположено много лесных массивов, имеется таежная зона. Жители республики очень часто выезжают в лес на отдых, охоту, добывают ягоды, грибы, заготавливают папоротник, и кедровый орех. Статистика показывает, что ежегодно в лесах и тайге теряются люди из-за потери ориентировки на местности, поэтому изучение данной темы имеет особое значение. Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

Глава 2. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера (1ч)

Уровень преступности в Республике Хакасия остается стабильно высоким, поэтому учащимся необходимо знать о правилах безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Глава 3. Уголовная ответственность несовершеннолетних (2ч)

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в маршрутном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Глава 4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного характера (1ч)

Чрезвычайные ситуации природного характера (1ч). *Особое значение уделяется тому, какие опасные природные, техногенные явления характерны для Республики Хакасия и по каким причинам они возникают* Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных в Республике Хакасия. Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Глава 5. Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства (2ч)

На территории Республика Хакасия возможны, различны ЧС природного, техногенного характера и другого характера, в связи с этим очень важно знать какие законодательные и нормативные акты обеспечивают безопасности.

Положения Конституции Российской Федерации, основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О

противодействию терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан. Правовая основа противодействия терроризму в современных условиях: Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры Российской Федерации, Федеральный закон «О противодействии терроризму» (от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ); Указ Президента РФ «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 г., № 116). Контртеррористическая операция, ее предназначение и условия проведения, состав группировки сил и средств, включаемых в контртеррористическую операцию. Правовой режим контртеррористической операции. Окончание контртеррористической операции.

Глава 6. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время (1ч)

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Глава 7. Современные средства поражения, их поражающие факторы (3ч)

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Глава 8. Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время (4ч).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи. Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях). Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности учащихся.

Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (6ч)

Глава 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (1ч).

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

Глава 2. Основы здорового образа жизни (5ч)

Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при

распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Двигательная активность и её преимущества. Физическая культура и её положительное влияние на здоровье человека. Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

Раздел 3. Основы военной службы (13ч)

Глава 1. Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (6ч).

В городе Абакане расположена военная часть, которая регулярно, посещается учащимися различных школ Республики Хакасия. Там учащиеся могут увидеть повседневный быт военнослужащих, что в дальнейшем поможет психологически подготовиться к службе по призыву или подтолкнет к выбору военной профессии.

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Память поколений — дни воинской славы России. Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск. Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение. Пограничные органы Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Войска гражданской обороны МЧС России. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России. Основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в Мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств. Основные задачи: по обеспечению военной безопасности; по опережению вооруженного нападения; в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооруженных конфликтах. Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Нормативная база привлечения ВС Российской Федерации к борьбе с терроризмом. Участие в проведении контртеррористической операции, пресечение международной террористической деятельности за пределами территории Российской Федерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Значение и роль миротворческой деятельности Вооруженных Сил России. Нормативно-правовая база для проведения миротворческой деятельности ВС Российской Федерации.

Глава 2. Воинская обязанность (7ч)

Основные понятия о воинской обязанности

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

Организация воинского учета

Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету.

Первоначальная постановка граждан на воинский учет

Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.

Обязанности граждан по воинскому учету

Основные обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.

Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям

Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения, водительские должности, технические и прочие воинские должности.

Подготовка граждан по военно-учетным специальностям

Предназначение подготовки по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности.

Добровольная подготовка граждан к военной службе

Основное направление добровольной подготовки граждан к военной службе

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.

Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

Профессиональный психологический отбор

Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Критерии по определению профессиональной пригодности призывника к военной службе.

11 класс

Раздел 1. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (13ч)

Глава 1. Основы здорового образа жизни (5ч)

Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. *Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.* Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи. *Инфекции, передаваемые половым путем.* Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. *Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.* ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. *Семья в современном обществе.* Законодательство и семья. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанность родителей.

Глава 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8ч)

Основные правила оказания первой помощи. Наиболее целесообразная последовательность оказания первой помощи. *Первая помощь при ранениях.* Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. *Правила остановки артериального кровотечения* Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута. *Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.* Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Основные правила в оказании первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. *Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.* Черепно-мозговые травмы, основные причины их возникновения и возможные последствия. Первая помощь. Травма груди, причины ее возникновения, возможные последствия, первая помощь. Травма живота, причины ее возникновения, возможные последствия, первая помощь. *Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.* Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой помощи. *Способы иммобилизации и переноска пострадавшего.* Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего. *Первая помощь при остановке сердца.* Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. *Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.* Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Раздел 2. Основы военной службы (21ч)

Глава 2. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3ч)

В городе Абакане расположена военная часть, которая регулярна, посещается учащимися различных школ Республики Хакасия. Там учащиеся могут увидеть повседневный быт военнослужащих, что в дальнейшем поможет психологически подготовиться к службе по призыву или подтолкнет к выбору военной профессии.

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества

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

Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

Глава 3. Символы воинской чести (3ч)

Боевое Знамя воинской части. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения Боевого Знамени воинской части. Когда, кем, от имени кого вручается Боевое Знамя воинской части. Ритуал приведения военнослужащих к Военной присяге. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок вручения стрелкового оружия. Порядок закрепления военной техники и вооружения. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Предназначение ритуала и порядок его проведения.

Глава 2. Особенности военной службы (8ч)

Правовые основы военной службы. Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы. *Военные аспекты международного права.* Общие понятия о «Праве войны». Международные правила, которые необходимо соблюдать военнослужащим в бою. Категории лиц и объектов, которым международным правом войны предоставлена особая защита.

Общевоинские уставы Общевоинские уставы — это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. *Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.* Предназначение Устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. *Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации.* Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. *Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации*

Основное предназначение Устава гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. *1 Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.* Основное предназначение Строевого Устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Военная присяга и ее роль и значение для каждого военнослужащего. Порядок приведения к Военной присяге солдат и матросов, прибывших на пополнение в воинскую часть. Текст Военной присяги. *Призыв на военную службу.* Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих. *Особенности военной службы по контракту.* Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту. *Альтернативная гражданская служба.* Альтернативная воинская служба. Категории граждан, имеющих право на прохождение альтернативой гражданской службы. Порядок предоставления права на альтернативную службу. *Увольнение с военной службы.* Увольнение с военной службы и

пребывание в запасе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих. Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное значение. *Права и ответственность военнослужащих. Статус военнослужащего.* Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Обоснование некоторых ограничений прав и свобод военнослужащего. Время, с которого граждане приобретают статус военнослужащего.

Глава 3. Военнослужащий - защитник своего отечества.

Честь и достоинство война Вооруженных Сил России (5ч)

Основные виды воинской деятельности. Основное предназначение и обусловленность воинской деятельности военнослужащего. Учебно-боевая подготовка; служебно-боевая деятельность; реальные боевые действия. *Основные особенности воинской деятельности.* Зависимость воинской деятельности от вида Вооруженных Сил и рода войск, от воинской должности и класса сходных воинских должностей. Общие виды и основные элементы воинской деятельности. *Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.* Общие требования воинской деятельности, устойчивость, внимание, быстрота и гибкость мышления, самостоятельность, ответственность, способность принимать решения. Морально-психологические требования, психологическая совместимость военнослужащих. *Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание воина Вооруженных Сил Российской Федерации.* Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества. *Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации.* Воинская честь и достоинство — неотъемлемые качества военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации. Гуманность и человеколюбие — это неотъемлемое качество российского воина во все времена. Чувство глубокой ответственности за защиту Родины, готовность к преодолению трудностей при исполнении воинского долга. *Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.* Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя. *Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.* Единичность — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу. *Основные обязанности военнослужащих.* Общие обязанности военнослужащих, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Сущность основных обязанностей военнослужащих и чем они определяются.

Глава 4. Международное гуманитарное право.

Защита жертв вооруженных конфликтов (1ч)

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России

в миротворческих операциях. Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые в вооруженном конфликте.

Глава 5. Психологические основы подготовки к военной службе (1ч)

Призыв на военную службу как стрессовая ситуация, психологические свойства личности, саморегулирование и самоанализ.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№	Название разделов курса	Количество часов
1	<i>Основы безопасности личности, общества и государства</i>	15
1.1	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	1
1.2	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера	1
1.3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	2
1.4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного характера	1
1.5	Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства	2
1.6	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	1
1.7	Современные средства поражения, их поражающие факторы	3
1.8	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время.	4
2	<i>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</i>	19
2.1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	9
2.2	Основы здорового образа жизни	10
3	<i>Основы военной службы</i>	34
3.1	<i>Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества</i>	6
3.2	Воинская обязанность	7
3.3	<i>Боевые традиции Вооруженных Сил России</i>	3
3.4	<i>Символы воинской чести</i>	3
3.5	Особенности военной службы	8
3.6	Военнослужащий - защитник своего отечества. Честь и достоинство война Вооруженных Сил России	5
3.7	Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов	1
3.8	Психологические основы подготовки к военной службе	1
	Итого:	68

