

Согласовано  
на методическом объединении  
протокол № 1 от 30.08.2018г.

Утверждено приказом  
по школе  
№ 97/1-О от 04.09.2018г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету ОБЖ  
10-11 класс

### *Учебники:*

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2012.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" для учащихся 10-11 класса, разработана с учетом требований и положений, изложенных в следующих документах:

- Настоящая рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10 класса составлена на основе примерной по основам безопасности жизнедеятельности и программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений 10-11 классы, разработанной авторским коллективом в составе: А.Т. Смирного, Б.О. Хренникова.-М.: Просвещение, 2014.

Программа разработана в полном соответствии с обязательным минимумом содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных учреждениях среднего общего образования, предусмотренного базисным учебным планом школы, полностью соответствует предъявляемым требованиям к уровню подготовки выпускников средней школы на базовом уровне в условиях модернизации современного российского образования.

Программа для 10 класса предназначена для изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися, с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

Разработанная программа предусматривает теоретические и практические занятия по разделу «Основы военной службы» в 10 классе из расчета 1 час в неделю с завершением обучения проведением 5-дневных сборов по 40-часовой учебной программе.

Программа выстроена по трём входящим в нее разделам:

*Раздел I.* Основы комплексной безопасности.

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

*Раздел III.* Основы обороны государства

Данная учебная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения и навыки:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта; вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

- навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и направлении продолжения своего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих целей:

- воспитание у учащихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;
- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

### **Структурно программа состоит из трех разделов и тринадцати тем**

Раздел I «Основы комплексной безопасности» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации в Российской Федерации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, полученных при изучении основ безопасности жизнедеятельности в 8 классе. Раздел состоит из двух обобщающих тем: «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения», «Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны».

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

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из шести обобщающих тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской

Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Предлагаемая программа предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем «Воинская обязанность», «Особенности военной службы», «Военнослужащий — защитник Отечества. «Честь и достоинство воина Вооруженных Сил», «Основы военной службы» (практические занятия на базе воинской части).

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «ОБЖ» на уровне среднего общего образования**

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь: физкультура-ЗОЖ; история-ОБЖ; биология-ЗОЖ, оказание ПМП; география-выживание в природе, химия-опасные вещества, экологическая безопасность; физика-природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

**Личностными** результатами обучения ОБЖ являются:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- 2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- 3) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными** результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:

- 1) 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;
- 2) владение 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;
- 3) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- 4) приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- 5) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- 6) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного,

техногенного и социального характера;

7) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

8) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

**Предметными результатами** обучения ОБЖ являются:

1) формирование 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;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) 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 и терроризма;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской

и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы

и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

## **Содержание учебной программы**

**(10 класс)**

### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

**(12 часов)**

#### **1. Обеспечение безопасности в повседневной жизни (6 часов)**

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движение по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2. Правила 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 криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубые нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом школы (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации

чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. 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 безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

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

**(6 часов).**

2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

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.

2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

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

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

## 2.5. Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

## 2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

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 зоне заражения.

## 2.7. Организация гражданской обороны в школе.

Организация гражданской обороны в школе, ее предназначение. План гражданской обороны школы. Обязанности обучающихся.

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

**(10 часов)**

## **3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

**(3 часа).**

3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества.

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 проблема общества.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятия об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

## **4. Основы здорового образа жизни (7 часов).**

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека



(умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

#### 4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

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

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

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

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

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

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

### **Раздел III. Основы обороны государства (12 часов).**

#### **5. Вооруженные Силы Российской Федерации их виды, и рода войск.**

**(6 часов).**

##### 5.1. 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 время

второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформы Вооруженных Сил.

Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основы обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил, ее этапы и их основное содержание.

5.4. Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

## **6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа).**

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

Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.

Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способность с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. Памяти 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.

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

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

### **3. Символы воинской чести (3 часа).**

7.1. 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.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

7.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

История государственных наград за военные отличия в России.

Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

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

## ОБЖ 11 класс

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта общего образования, одобренного совместным решением коллегии Минобрнауки России и Президиума РАО от 23.12.2003 г. № 21/12 и утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 05.03.2004 г. № 1089. Программа составлена на основе программы общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 класс. Под ред. А.Т.Смирнова. В настоящей рабочей программе реализованы требования Федеральных законов "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", от 24 июля 1995 года N 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций".

На изучение курса в 11 классе отводится один час в неделю, всего -34 часа.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 11 классе направлено на достижение следующих **целей и задач**:

- усвоение учащимися содержания:
  - нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях;
  
- усвоение учащимися знаний:
  - о предназначении, основных функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации,
  - о видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск,
  - о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации,
  - об участии Вооруженных Сил России в контртеррористических операциях,
  - о государственных и военных символах Российской Федерации;
- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей по защите Отечества;
  - развитие у учащихся:
    - потребности в соблюдении норм здорового образа жизни,
    - потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России в области безопасности жизнедеятельности,
    - физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войск.

## **Содержание курса**

В 11 классе содержание выстроено по пяти логически взаимосвязанным темам:

Тема 1 Нравственность и здоровье

Тема 2 Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

Тема 3 Военская обязанность

Тема 4 Особенности военной службы

Тема 5 Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.

## Содержание учебной программы 11 класс

34 часа

### **Нравственность и здоровье (8час)**

Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики инфекций, передаваемых половым путем. СПИД и его профилактика. Семья в современном обществе. Законодательство и семья

### **Первая медицинская помощь при неотложных состояниях (5час)**

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности. Первая медицинская помощь при инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

### **Воинская обязанность (6час)**

Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе

### **Особенности военной службы (7час)**

Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы. Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных сил РФ, Строевой устав Вооруженных сил РФ. Военная присяга – клятва воина на верность родине – России. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.

### **Военнослужащий –вооруженный защитник Отечества(8час)**

Права и ответственность военнослужащих. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Как стать офицером Российской армии.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ**

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен**

### **знать/понимать**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

### **уметь**

- владеть навыками оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях ;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе; - умение вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования;
- формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации.

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.