



Частное общеобразовательное учреждение – Лицей №1 «Спутник»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического  
совета Лицея №1 «Спутник»  
протокол № 1

от «25» 08 2018 г.

Председатель методического  
совета Лицея №1 «Спутник»

  
Н.С. Урсул

УТВЕРЖДАЮ

Директор лицея №1

«Спутник»

  
И.Ю. Ермоленко

приказ № 161-03

от «22» 08 2018 г.



**Рабочая программа**

Наименование учебного предмета **Основы безопасности жизнедеятельности**

Класс **10-11 ФКГОС**

Уровень общего образования **базовый**

Количество часов по учебному плану: всего **34** часов в год, в неделю **1** час

Рабочая программа составлена на основе программы Т.А. Смирнов, Б.О. Хренников, М.А. Маслов, В.А. Васнев), напечатанный в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 1-11 классы» / по общ. ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012; учебник Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 класс М.: Просвещение 2018 г.

Программу составил: Маринчев СС.

Самара, 2018 год

## Пояснительная записка

Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения

Планирование составлено на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов общеобразовательных учреждений (автор программы Т.А. Смирнов, Б.О. Хренников, М.А. Маслов, В.А. Васнев), напечатанный в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 1-11 классы» / по общ.ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012, учебник Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 класс М.: Просвещение 2018 и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

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

- воспитание у обучающихся 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.

### **Задачи:**

- дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;

- научить правильно действовать в случаях природных и техногенных катастроф;

- научить адекватно действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
- воспитывать патриотические чувства.

### **Общая характеристика предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».**

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» основано на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства:

- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 12 мая 2009 г. №537);
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 9 июня 2010 г. №690);
- ФЗ N 68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 года;
- ФЗ N 2397-1 «Об охране окружающей природной среды» от 21 февраля 1992 года;
- ФЗ N 69 «О пожарной безопасности» от 21 декабря 1994 года;
- ФЗ № 28 «О гражданской обороне» от 12 февраля 1998 года;

**Требования к результатам освоения основной образовательной программы** основного общего образования, представленной в федеральном государственном стандарте общего образования второго поколения. За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет:

-эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс при изучении тематики ОБЖ;

- структурировать содержание программы при изучении предмета в 10-11 классах.

Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля.

### **Место предмета «Основы безопасности жизни деятельности» в учебном плане.**

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в программе предусмотрены 34 часа на год (по одному часу в неделю ). Этот объём для учебного предмета «Основы безопасности

жизнедеятельности» определён на базовом уровне<sup>i</sup>. Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с обучающимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) учебных сборов в течение 5 дней (35 часов) В соответствии с положениями нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе<sup>ii</sup> раздел 7 «Основы военной службы» изучается в образовательном порядке только с обучающимися – гражданами мужского пола. Подготовка обучающихся – граждан женского пола по основам военной службы может осуществляться только в добровольном порядке, с ними в это время в обязательном порядке проводятся занятия по углублённому изучению основ медицинских знаний<sup>1</sup>.

## **Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **10 класс**

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

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью на рынке, на стадионе, на вокзале и др.. Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм. 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 образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.) РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Положения Конституции РФ, гарантирующие свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности

---

Граждан (Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера". Закон РФ "О безопасности». Федеральные законы: "О пожарной безопасности", "О безопасности дорожного движения", "Об обороне", "О гражданской обороне" и др.) Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

### **Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.**

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. 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 обычные средства поражения, их поражающие факторы Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие 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. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты. 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 обучаемых.

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

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

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. 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.

### **Основы здорового образа жизни.**

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. 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. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих процедур. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и социальные последствия вредных привычек. 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 систему, сердечнососудистую систему. 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 военной службы.**

#### **Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.**

Организация вооруженных сил Московского государства в XIY-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки

проведения военной реформы. Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации Войска ПВО, история создания, предназначения, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской Флот, история создания, предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

**Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.** Патриотизм и верность воинскому долгу - основные 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. Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция российской армии и флота. 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. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой 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 отставку.

## Тактическая подготовка

№	Наименование модулей, разделов, тем	Кол-во часов
1	Основы безопасности личности и государства	9
2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	3
3	Обеспечение военной безопасности государства	20
4	Тактическая подготовка	2
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

### 11 класс

#### Раздел I. Основы комплексной безопасности

##### *Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни*

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

##### *Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций*

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

##### *Современный комплекс проблем безопасности военного характера*

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демократического



развития государства, обеспечение национальной обороны. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

## **Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

### ***Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера***

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

## **Раздел III. Основы здорового образа жизни**

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

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

### ***Здоровый образ жизни и его составляющие***

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании. Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

### ***Нравственность и здоровье***

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи. Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекций.

Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

#### **Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

##### ***Первая помощь при неотложных состояниях***

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте. Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. Основные правила оказания первой помощи. Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины. Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

#### **Раздел V. Основы обороны государства**

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

Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности обучающихся.

##### ***Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества***

История создания Вооружённых Сил России. Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

### ***Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации***

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск. Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-воздушных сил. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-морского флота. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение. Войска воздушно-космической обороны России. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

### ***Боевые традиции Вооружённых Сил России***

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

### ***Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства***

Основные задачи современных Вооружённых Сил. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

### ***Символы воинской чести***

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

### ***Воинская обязанность***

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт, 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 учёта, основное предназначение воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы. Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основные особенности. Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистов по сходным

воинским должностям. Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначение и порядок осуществления. Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения. Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

## **Раздел VI. Основы военной службы**

### ***Размещение и быт военнослужащих***

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности. Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

### ***Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда***

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.

### ***Организация караульной службы***

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

### ***Строевая подготовка***

Строи и управление ими. Строевые приёмы 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. Строи отделения, развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

### ***Огневая подготовка***

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

### ***Тактическая подготовка***

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

### ***Особенности военной службы***

Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации, устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации, строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

### ***Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества***

Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Военнослужащий – патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Военнослужащий – специалист своего дела. Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Основные обязанности военнослужащих.

### ***Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации***

Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства). Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

### ***Прохождение военной службы по призыву***

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих.

### ***Прохождение военной службы по контракту***

Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

<b>№</b>	<b>Наименование модулей, разделов, тем</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1</b>	<b>Основы комплексной безопасности</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>Основы обороны государства</b>	<b>9</b>
<b>6</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>14</b>
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

### **Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

Эффективность преподавания курса ОБЖ зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью. Преподаватель ОБЖ должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями обеспечения безопасности жизнедеятельности. Преподавателю ОБЖ должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных

услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета). Интерактивный электронный контент преподавателя ОБЖ должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио- и видео-файлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса). Кабинет ОБЖ предназначен для проведения занятий с обучающимися по курсу, самостоятельной подготовки школьников, а также проведения кружковой (факультативной) работы во внеурочное время. Он должен включать класс, в котором проводятся занятия по курсу и дисциплине, а также лаборантскую комнату.

В классе размещаются средства оснащения, необходимые для доведения до обучающихся общей информации по разделам и темам курса и дисциплины, научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности, а также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

**Средствами оснащения ОБЖ являются средства, перечисленные в таблице.**

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
<i>1. Нормативно-правовые документы</i>			
1	Конституция Российской Федерации	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
2	Закон «Об образовании»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
3	Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
4	Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2007 г. №804 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
5	Стратегия национальной безопасности	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
6	Федеральный закон «О безопасности»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
7	Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
8	Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
9	Федеральный закон «О гражданской обороне»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
10	Федеральный закон «О пожарной безопасности»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
11	Федеральный закон «О противодействии терроризму»	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)

12	Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
13	Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
14	Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
15	Общевойские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
16	Федеральный закон «Об обороне»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
17	Положение о порядке прохождения альтернативной гражданской службы			
18	Военная доктрина Российской Федерации	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
19	Указ Президента Российской Федерации «Вопросы прохождения военной службы»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
20	Указ Президента Российской Федерации «О военной форме одежды, знаках различия военнослужащих и ведомственных знаках отличия»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
21	Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
22	Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
23	Федеральный закон «О статусе военнослужащих»	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
24	Правила дорожного движения Российской Федерации	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
<i>2. Учебная литература</i>				
25	Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для 10 и 11 классов	шт.		1
26	Наставление по стрелковому делу: Основы стрельбы из стрелкового оружия 7,62-мм (или 5,45-мм) модернизированный автомат Калашникова	шт.		1
27	Учебник по основам медицинских знаний (для старшеклассниц)	шт.	По обучающимся (группе)	количеству в классе
<i>3. Учебные и учебно-наглядные пособия</i>				

28	Набор плакатов или электронные издания:		
	– Организационная структура Вооружённых Сил Российской Федерации	компл.	1
	– Ордена России	компл.	1
	– Текст Военной присяги	компл.	1
	– Воинские звания и знаки различия	компл.	1
	– Военная форма одежды	компл.	1
	– Мероприятия обязательной подготовки граждан к военной службе	компл.	1
	– Военно-прикладные виды спорта	компл.	1
	– Военно-учётные специальности солдат, матросов, сержантов и старшин	компл.	1
	– Военные образовательные учреждения профессионального образования Министерства обороны Российской Федерации	компл.	1
	– Тактико-технические характеристики вооружения и военной техники	компл.	1
	– Приёмы и правила метания ручных гранат	компл.	1
	– Мины Российской армии	компл.	1
	– Фортификационные сооружения	компл.	1
	– Индивидуальные средства защиты	компл.	1
	– Приборы радиационной разведки	компл.	1
	– Приборы химической разведки	компл.	1
	– Организация и несение внутренней службы		
	– Строевая подготовка		
	– Оказание первой помощи		
– Гражданская оборона			
29	Средства индивидуальной защиты:		
	– общевойсковой противогаз	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
	– общевойсковой защитный комплект	шт.	1
	– респиратор	шт.	1
30	Приборы:		
	– радиационной разведки	шт.	1
	– химической разведки	шт.	1
31	Бытовой дозиметр	шт.	1
32	Макет простейшего укрытия в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
33	Макет убежища в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
34	Компас	шт.	По количеству обучающихся в классе (группе)
35	Визирная линейка	шт.	По количеству обучающихся в классе



			(группе)
36	Электронные образовательные издания на магнитных и оптических носителях по тематике программы (ЭОИ)	компл.	1
37	Комплект аппаратуры для демонстрации ЭОИ	шт.	1
<i>4. Медицинское имущество</i>			
38	Индивидуальные средства медицинской защиты: – аптечка АИ – пакеты перевязочные ППИ – пакеты противохимические индивидуальные ИПП-11	шт. шт. шт.	1 1 1
39	Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой и доврачебной помощи: – сумка СМС	шт.	1
40	Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри: – бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x 14 см – бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x 10 см – вата медицинская компрессная – косынка медицинская (перевязочная) – повязка медицинская большая стерильная – повязка медицинская малая стерильная	шт. шт. кг шт. шт. шт.	3 3 0,1 3 3 3
41	Медицинские предметы расходные: – булавка безопасная – шина проволочная (лестничная) для ног – шина проволочная (лестничная) для рук – шина фанерная длиной 1 м	шт. шт. шт. шт.	3 1 1 1
42	Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты: – знак нарукавного Красного Креста – ляжка медицинская носилочная – флаг Красного Креста	шт. шт. шт.	1 1 1

#### **Периодические издания**

- Азбука безопасности
- Подшивка журнала ОБЖ. Основы безопасности жизни.
- Научно-методический и информационный журнал
- Основы безопасности жизнедеятельности
- Информационно-методическое издание для преподавателей
- Защитник Отечества безопасность каждого гражданина
- На службе Отечеству

- Уставы Вооруженных Сил

## **УМК**

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 класс М.: Просвещение 2018

---