



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Гимназия № 32»  
г. Новокузнецка**



Программа принята  
к работе педагогическим  
советом гимназии  
Протокол № 3 от 22.11. 2019г.

Программа рассмотрена на  
методическом объединении  
учителей ОБЖ и физической культуры  
Протокол № 3 от 18.11.2019г.



Утверждаю  
Директор гимназии  
М. В. Морозова  
«22» ноября 2019 г.  
Приказ № 618а от 22.11.2019 г.

**Рабочая программа по ОБЖ**

10 кл – 34 ч

11 кл – 34 ч

Составитель программы

Каянкин Вадим Григорьевич,  
учитель ОБЖ

**Новокузнецкий ГО  
2019**

## **Планируемые результаты освоения курса «Основы безопасности жизнедеятельности»: личностные, метапредметные, предметные**

### **Личностные**

- 1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### **Метапредметные**

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

## Предметные

- 1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;



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

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

	<b>Основы комплексной безопасности</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;</li><li>– оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;</li><li>– объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;</li><li>– действовать согласно указанию на дорожных знаках;</li><li>– пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;</li><li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);</li><li>– составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);</li><li>– комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;</li><li>– оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;</li><li>– распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;</li><li>– описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;</li><li>– определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;</li><li>– опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;</li><li>– опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>– пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;</li><li>– прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;</li><li>– составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;</li><li>– распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;</li><li>– соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;</li><li>– использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;</li><li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;</li><li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;</li><li>– применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;</li><li>– распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;</li><li>– использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;</li><li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;</li><li>– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;</li></ul> составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.
Ученик получит возможность научиться	<ul style="list-style-type: none"><li>– Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .</li></ul>
	<b>Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li><li>– раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;</li><li>– приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;</li><li>– приводить примеры потенциальных опасностей природного,</li></ul>



	<p>техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;</li><li>– использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;</li><li>– действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;</li><li>– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;</li><li>– прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;</li><li>– пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;</li></ul> <p>составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p>
Ученик получит возможность научиться	<ul style="list-style-type: none"><li>– Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.</li></ul>
	<b>Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;</li><li>– объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;</li><li>– оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li><li>– раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;</li><li>– объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;</li><li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li><li>– описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;</li><li>– пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;</li><li>– распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;</li><li>– распознавать симптомы употребления наркотических средств;</li><li>– описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению</li></ul>



	<p>наркотических средств;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;</li><li>– описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;</li><li>– описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;</li></ul> <p>составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.</p>
<i>Ученик получит возможность научиться</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>– формированию личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;</li></ul>
	<b>Основы здорового образа жизни</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;</li><li>– оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;</li><li>– описывать факторы здорового образа жизни;</li><li>– объяснять преимущества здорового образа жизни;</li><li>– объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;</li><li>– описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;</li><li>– раскрывать сущность репродуктивного здоровья;</li><li>– распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;</li></ul> <p>пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.</p>
<i>Ученик получит возможность научиться</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>– пониманию необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.);</li></ul>
	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;</li><li>– оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;</li><li>– отличать первую помощь от медицинской помощи;</li><li>– распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;</li><li>– оказывать первую помощь при неотложных состояниях;</li><li>– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>– выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;</li><li>– действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;</li><li>– составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;</li><li>– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;</li><li>– использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;</li><li>– оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;</li><li>– классифицировать основные инфекционные болезни;</li><li>– определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;</li></ul> действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.
<i>Ученик получит возможность научиться</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>– владению основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике</li></ul>
	<b>Основы обороны государства</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;</li><li>– характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;</li><li>– описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;</li><li>– приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;</li><li>– приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;</li><li>– раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;</li><li>– разьяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;</li><li>– оперировать основными понятиями в области обороны государства;</li><li>– раскрывать основы и организацию обороны РФ;</li><li>– раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;</li><li>– объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;</li><li>– описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;</li><li>– характеризовать историю создания ВС РФ;</li><li>– описывать структуру ВС РФ;</li><li>– характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>– распознавать символы ВС РФ;</li></ul> приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.
Ученик получит возможность научиться	<ul style="list-style-type: none"><li>– Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;</li><li>– приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию.</li></ul>
	<b>Правовые основы военной службы</b>
Ученик научится	<ul style="list-style-type: none"><li>– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;</li><li>– использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li><li>– оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;</li><li>– раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;</li><li>– характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;</li><li>– раскрывать организацию воинского учета;</li><li>– комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;</li><li>– использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;</li><li>– описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;</li><li>– объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;</li><li>– различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;</li><li>– описывать основание увольнения с военной службы;</li><li>– раскрывать предназначение запаса;</li><li>– объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;</li><li>– раскрывать предназначение мобилизационного резерва;</li></ul> объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.
Ученик получит возможность научиться	<ul style="list-style-type: none"><li>– понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li></ul>
	<b>Элементы начальной военной подготовки</b>

Ученик научится

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового



	<p>поражения;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;</li><li>– раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;</li></ul> <p>выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.</p>
<p>Ученик получит возможность научиться</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;</li><li>– определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;</li><li>– выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;</li><li>– выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;</li><li>– описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;</li><li>– выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;</li><li>– описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;</li><li>– выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).</li></ul>
	<b>Военно-профессиональная деятельность</b>
<p>Ученик научится</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;</li><li>– объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;</li><li>– оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;</li><li>– характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;</li></ul> <p>использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.</p>
<p>Ученик получит возможность научиться</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;</li></ul> <p>оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.</p>

## **Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс**

### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (23 ч)**

#### **Раздел I. Основы комплексной безопасности (10 ч)**

##### **Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)**

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.

Обеспечение личной безопасности на дорогах в криминогенных ситуациях.

##### **Тема 2. Личная безопасность в условиях ЧС (4 ч)**

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению безопасности в условиях чрезвычайной ситуации. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера.

##### **Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера (2 ч)**

Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

#### **Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС (2 ч)**

##### **Тема 4. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства (2 ч)**

Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её структура и задачи.

#### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (11 ч)**

##### **Тема 5. Терроризм и экстремизм – их причины и последствия (4 ч)**



Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. Экстремизм и экстремистическая деятельность. Основные принципы и направления действий террористической и экстремистической деятельностью.

### **Тема 6. Нормативно правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ (2 ч)**

Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации. Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации.

### **Тема 7. Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (2 ч)**

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности-условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.

### **Тема 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (2 ч)**

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

### **Тема 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 ч)**

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч)**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (4 ч)**

### **Тема 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 ч)**

Сохранение и укрепление здоровья-важнейшая часть подготовки учащихся к военной службе. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

**Тема 11. Здоровый образ жизни и его составляющие (4 ч)**

Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

**Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (6 ч)****Раздел 6. Основы обороны государства (6 ч)**

**Тема 12. Вооружённых Сил Российской Федерации- защитники нашего отечества (3 ч)**

Вооруженные Силы РФ основы обороны государства. Память поколений – дни воинской славы России. Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ. Основы военной службы. Уголовная ответственность за преступление против военной службы.

**Тема 13. Боевые традиции Вооружённых Сил России (3 ч)**

Защита отечества – долг и обязанность граждан России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

**11 класс.****Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (10 ч)****Раздел I. Основы комплексной безопасности (4 ч)****Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)**

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоемах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях.

**Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 ч)**

## **Тема 2. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 ч)**

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура. Контртеррористическая операция и условие ее проведения. Правовой режим контртеррористической операции. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

### **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 ч)**

#### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)**

##### **Тема 3. Нравственность и здоровье (5 ч)**

Правила личной гигиены. Беременность, гигиена беременности. Уход за ребенком. Нравственность и здоровый образ жизни. Инфекции, предающиеся половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ - инфицировании и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

#### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (9 ч)**

##### **Тема 4. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях (9 ч)**

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. Первая медицинская помощь при поражениях электрическим током. Правила остановки артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Первая медицинская помощь при травмах области таза, при повреждениях позвоночника, спины. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

### **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (10 ч)**

#### **Раздел 6. Основы обороны государства (5 ч)**

##### **Тема 5 Вооружённые силы Российской Федерации (2 ч)**



История создания Вооруженных сил РФ. Основные задачи современных Вооруженных Сил. Международная деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Организационная структура ВС РФ.

### **Тема 6. Символы воинской чести (3 ч)**

Боевое знамя воинской части-символ воинской чести, доблести и славы. Порядок приведения к воинской присяге. Размещение и быт военнослужащих.

### **Раздел 7. Особенности военной службы (5 ч)**

#### **Тема 7. Особенности военной службы (5 ч)**

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Основные обязанности военнослужащих. Порядок приведения к воинской присяге. Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

## **Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждого раздела 10 класс**

№ урока	Название раздела, темы	Количество часов, отводимое на изучение раздела, темы
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>22</b>
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>		<b>19</b>
<b>Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>		<b>4</b>
1	Автономное существование человека в природной среде.	1
2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.	1
3	Обеспечение личной безопасности на дорогах. Тест ПДД.	1
4	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	1
<b>Тема 2. Личная безопасность в условиях ЧС</b>		<b>3</b>
5	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, и их возможные последствия.	1
6	Рекомендации населению по обеспечению безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.	1
7	Рекомендации населению по обеспечению безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера.	1
<b>Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера</b>		<b>2</b>
8	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона.	1



9	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	1
<b>Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС</b>		<b>2</b>
<b>Тема 4. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства</b>		<b>2</b>
10	Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.	1
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её структура и задачи.	1
<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		<b>11</b>
<b>Тема 5. Терроризм и экстремизм – их причины и последствия</b>		<b>4</b>
12	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.	1
13	Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.	1
14	Экстремизм и эстремистическая деятельность.	1
15	Основные принципы и направления действий террористической и экстремистической деятельностью.	1
<b>Тема 6. Нормативно правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ</b>		<b>2</b>
16	Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации.	1
17	Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации.	1
<b>Тема 7. Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>		<b>2</b>
18	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.	1
19	Культура безопасности жизнедеятельности-условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.	1
<b>Тема 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремисткой деятельности</b>		<b>2</b>
20	Уголовная ответственность за террористическую деятельность.	1
21	Ответственность за осуществление экстремисткой деятельности.	1
<b>Тема 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта</b>		<b>1</b>
22	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника.	1
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>6</b>
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b>		<b>6</b>
<b>Тема 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>		<b>2</b>
23	Сохранение и укрепление здоровья-важнейшая часть подготовки учащихся к военной службе.	1
24	Основные инфекционные заболевания, их классификация	1



	и профилактика	
<b>Тема 11. Здоровый образ жизни и его составляющие</b>		<b>4</b>
25	Здоровый образ жизни.	1
26	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1
27	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1
28	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1
<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>		<b>6</b>
<b>Раздел 6. Основы обороны государства</b>		<b>6</b>
<b>Тема 12. Вооружённые Силы Российской Федерации- защитники нашего отечества</b>		<b>3</b>
29	Вооруженные Силы РФ основы обороны государства. Память поколений – дни воинской славы России.	1
30	Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ.	1
31	Основы военной службы. Уголовная ответственность за преступление против военной службы.	1
<b>Тема 13. Боевые традиции Вооружённых Сил России</b>		<b>3</b>
32	Защита отечества – долг и обязанность граждан России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	1
33	Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.	1
34	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1
<b>Итоги</b>		<b>34</b>

### 11 класс

№ урока	Название раздела, темы	Количество часов, отводимое на изучение раздела, темы
<b>М-1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>10</b>
<b>Р – I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>4</b>
<b>Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>		<b>4</b>
1	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	1
2	Правила личной безопасности при пожаре.	1
3	Обеспечение личной безопасности на водоемах. Тест ПДД.	1
4	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях.	1
<b>Р - III Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		<b>6</b>
<b>Тема 2. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		<b>6</b>
5	Национальный антитеррористический комитет (НАК), его	1



	предназначение, структура.	
6	Контртеррористическая операция и условие ее проведения.	1
7	Правовой режим контртеррористической операции.	1
8	Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.	1
9	Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.	1
10	Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.	1
<b>М-II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>14</b>
<b>Р – IV. Основы здорового образа жизни</b>		<b>5</b>
<b>Тема 3. Нравственность и здоровье</b>		<b>5</b>
11	Правила личной гигиены. Беременность, гигиена беременности. Уход за ребенком.	1
12	Нравственность и здоровый образ жизни.	1
13	Инфекции, предающиеся половым путем. Меры профилактики.	1
14	Понятие о ВИЧ - инфицировании и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.	1
15	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	1
<b>Р-V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>		<b>9</b>
<b>Тема 4. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</b>		<b>9</b>
16	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1
17	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах.	1
18	Первая медицинская помощь при поражениях электрическим током.	1
19	Правила остановки артериального кровотечения.	1
20	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.	1
21	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	1
22	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.	1
23	Первая медицинская помощь при травмах области таза, при повреждениях позвоночника, спины.	1
24	Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1
<b>М-III. Обеспечение военной безопасности государства</b>		<b>10</b>
<b>Р – VI. Основы обороны государства</b>		<b>5</b>
<b>Тема 5. Вооружённые силы Российской Федерации</b>		<b>2</b>
25	История создания Вооруженных сил РФ. Основные задачи современных Вооруженных Сил.	1
26	Международная деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Организационная структура ВС РФ.	1
<b>Тема 6. Символы воинской чести</b>		<b>3</b>
27	Боевое знамя воинской части символ воинской чести, доблести и славы.	1
28	Порядок приведения к воинской присяге.	1



<b>29</b>	Размещение и быт военнослужащих.	1
<b>Р – VII. Особенности военной службы</b>		<b>5</b>
<b>Тема 7. Особенности военной службы</b>		<b>5</b>
<b>30</b>	Призыв на военную службу.	1
<b>31</b>	Порядок прохождения военной службы.	1
<b>32</b>	Основные обязанности военнослужащих.	1
<b>33</b>	Порядок приведения к воинской присяге.	1
<b>34</b>	Порядок и особенности прохождения военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1
<b>Итого</b>		<b>34 часа</b>