**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ЛИЦЕЙ №103 «ГАРМОНИЯ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |
| --- |
|  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**

|  |
| --- |
| **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ, 10-11 класс.** |
| ***предмет, классы*** |
| **В.Н. Латчук, 34 часа** |
| ***авторы учебника, количество часов в год (неделю)*** |

**ГОРОД ЖЕЛЕЗНОГОРСК**

**2022-2023 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа разработана В. Н. Латчуком (руководитель), С. К. Мироновым, С. Н. Вангородским, М. А. Ульяновой в соответствии с требованиями, Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ МО и Н РФ № 1897 от 05.03.2004 г), и Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения».

Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе Конституция Российской Федерации, Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 №ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации, в соответствии с основными положениями Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ № 1897 от 17.12.2010 г.), Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами основного общего образования, требованиями Основной образовательной программы МБОУ Лицей№103 «Гармония», рабочей программы для общеобразовательных учреждений. 10—11 кл. / ав. – сост. В.Н.Латчук, В.В.Марков С.К.Миронов, С.Н.Вангородский, —М.:Дрофа, 2010, к предметной линии учебников В.Н. Латчука, В.В. Маркова, М.И. Кузнецова и другими законодательными актами и нормативными правовыми документами:

* Федеральный закон «О безопасности»
* Федеральный закон «Об обороне»
* Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
* Федеральный закон «О гражданской обороне»
* Федеральный закон «О пожарной безопасности»
* Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
* Федеральный закон «О противодействии терроризму»
* Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»
* Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах»
* Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя»
* Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 года №116)
* Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Указом Президента Российской Федерации 5 октября 2009 года)
* Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 года №116)
* Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года ( утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 года №537)
* Стратегия государственной антинаркотической политически Российской Федерации от 2020 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 года №690)
* Постановление Правительства Российской Федерации « О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
* Постановление Правительства Российской Федерации « О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
* Постановление Правительства Российской Федерации « О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций»
* Правила дорожного движения Российской Федерации
* Семейный кодекс Российской Федерации
* Уголовный кодекс Российской Федерации

**Цели изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10—11 классах** общеобразовательных учреждений вытека­ют из целей изучения предмета в основной школе. Таким образом, выполняется принцип преемственности и непрерыв­ности образования в основной и старшей школе.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

* 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; о воинской обязанности и военной службе;
* воспитание у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и eегосударственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отече­ства;
* формирование у обучающихся гражданской ответст­венности и правового самосознания, духовности и культуры, в том числе культуры безопасности жизнедеятельности, са­мостоятельности, инициативности, способности к успешной социализации в обществе;
* развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
* овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую помощь пострадавшим и самопо­мощь.

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

**В своей предметной ориентации предлагаемая про­грамма нацеливает педагогический процесс на реше­ние следующих задач:**

1. освоение учащимися знаний о безопасном пове­дении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычай­ных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
2. воспитание у школьников ценностного отноше­ния к здоровью и человеческой жизни, чувства ува­жения к героическому наследию России и ее государ­ственной символике, патриотизма и стремления вы­полнить долг по защите Отечества;
3. развитие у учеников черт личности, необходи­мых для безопасного поведения в чрезвычайных ситу­ациях и при прохождении военной службы, бдитель­ности в отношении актов терроризма, ведения здоро­вого образа жизни;
4. обучение учащихся умению оценивать ситу­ации, опасные для жизни и здоровья, правильно дей­ствовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадав­шим.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности», как ни в каком другом предмете, представлены в единстве все функции процесса обучения: образовательная, развиваю­щая и воспитательная. Эти функции тесно взаимосвязаны и взаимозависимы.

Образовательная функция предполагает усвоение обу­чаемыми определенного объема общенаучных и специаль­ных знаний и формирование на их основе различных умений и навыков.

Развивающая функция обеспечивает, помимо форми­рования знаний, умений и навыков, общее интеллектуаль­ное развитие учащихся, становление их познавательных ка­честв и творческой активности.

Воспитательная функция формирует волевые, эсте­тические, нравственные, патриотические и другие качества, диалектическое мировоззрение и как результат — всесто­ронне и гармонично развитую личность. Значимость курса обусловлена тем, что в нем реализуют­ся требования Конституции Российской Федерации, ряда важнейших федеральных законов и нормативных правовых документов федерального уровня.

В курс включен раздел «Основы военной службы», при изучении которого учащиеся не только теоретически знако­мятся с военной службой и воинской обязанностью, но и принимают участие в практических занятиях, занимаются военно-прикладными видами спорта.

На занятиях школьники получают систематизированное представление о возможных опасностях, учатся их прогно­зировать и вырабатывать безопасный алгоритм действий в конкретных условиях обстановки, обучаются оказанию пер­вой помощи, транспортировке пострадавших, элементар­ным приемам самозащиты и выживания в природных усло­виях.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» решает и еще одну немаловажную задачу — он нацелен на пропаган­ду здорового образа жизни, профилактику вредных привы­чек: наркомании, токсикомании, алкоголизма, курения, знакомит обучаемых с основами репродуктивного здоровья.

Курс является своеобразной базой для проведения целого ряда внешкольных и внеклассных мероприятий. Это прежде всего Всероссийская олимпиада школьников по основам безопасности жизнедеятельности и Всероссийское детско-юношеское движение «Школа безопасности».

Структурно курс представлен тремя разделами:

* раздел 1 «Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях»;
* раздел 2 «Основы медицинских знаний и здорового обра­за жизни»;
* раздел 3 «Основы военной службы».

Понятийная база и содержание курса полностью соот­ветствуют Конституции Российской Федерации, федераль­ным законам и нормативным правовым документам Россий­ской Федерации, в том числе Федеральному государственно­му образовательному стандарту среднего (полного) общего образования.

**МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Согласно Федеральному государственному образова­тельному стандарту среднего (полного) общего образования, учебные планы образовательного учреждения, в том числепо профилям обучения и индивидуальные, являются одним из основных механизмов, которые обеспечивают достижение учащимися результатов освоения основной образовательной программы.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» вклю­чается во все учебные планы из расчета 1 ч в неделю (все­го 68 ч) в 10 классе и 1 ч в неделю (всего 68 часов) в 11 классе. Кроме того, по окончании 10 класса во внеурочное время проводятся учебные сборы (практические занятия) по основам военной службы. Продолжительность этих сбо­ров — 5 дней (40 ч). Сборы, как правило, организуются и проводятся в мае — июне на базе воинских частей, а там, где нет воинских частей, — при образовательных учреждениях, военно-патриотических молодежных и детских обществен­ных объединениях, оборонно-спортивных оздоровительных лагерях.

В ходе сборов учащиеся изучают размещение и быт воен­нослужащих, организацию караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и ме­дицинской подготовки, а также вопросы радиационной, хи­мической и биологической защиты войск. Во время сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ори­ентации.

Если по решению органов управления образованием на изучение курса в 10 и 11 классах отводится другое количест­во учебных часов, то данную рабочую программу следует скорректировать с учетом местных условий.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

**10 КЛАСС**

**БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ, ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВЫНУЖДЕННОГО АВТОНОМНОГО СУЩЕСТВОВАНИЯ

Основные причины вынужденного автономного су­ществования. Первоочередные действия потерпевших бед­ствие. Понятие о выживании и автономном существовании. Основные причины вынужденного автономного существова­ния в природных условиях. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств. Случаи, когда предпочтительнее оставаться на месте аварии. Ситуации, когда принимается решение уйти с места аварии.

Автономное существование человека в условиях природ­ной среды. Основные правила и действия для выживания в условиях вынужденного автономного существования. Ос­новные способы ориентирования на местности: по компасу, по небесным светилам (солнцу, луне, звездам), по растениям и животным, по местным признакам. Метод движения по азимуту. Оборудование временного жилища: простейшие укрытия и способы их сооружения. Выбор укрытия в зави­симости от различных погодных и климатических условий, окружающей местности. Добывание огня: выбор места для костра, алгоритм действий при разведении костра, типы ко­стров в зависимости от предназначения. Обеспечение пита­нием и водой. Основные правила обеспечения пищей и ос­новные ее источники в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение водой. Выбор подходящего ис­точника воды. Меры предосторожности при использовании источника воды: безопасное утоление жажды снегом, фильт­рация и обеззараживание воды. Добывание воды из грунта при помощи пленочного конденсатора.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ

В СИТУАЦИЯХ КРИМИНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

Важность знания правил безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Правила безопасного поведе­ния на улице. Правила безопасного поведения в обществен­ных местах. Подготовка к массовому мероприятию, правилабезопасного поведения на нем. Правила безопасного поведе­ния в общественном транспорте и на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения в подъезде дома и в лифте. Понятие о необходимой обороне, ее юридическое обоснование.

УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

Понятие преступления. Особенности уголовной от­ветственности несовершеннолетних. Понятие о преступле­нии. Виды преступлений: небольшой тяжести, средней тя­жести, тяжкие и особо тяжкие. Преступления, за соверше­ние которых несовершеннолетние лица подлежат уголовной ответственности. Виды наказаний, назначаемые несовер­шеннолетним. Принудительные меры воспитательного воз­действия, назначаемые несовершеннолетним.

Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Преступления, связанные с нанесе­нием ущерба транспортным средствам, оборудованию, ком­муникациям, и назначаемые за них наказания. Угон автомо­биля и назначаемые за него наказания.

Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.

Понятие о хулиганстве как грубом нарушении общественно­го порядка, выражающемся в явном неуважении к общест­ву. Признаки мелкого хулиганства и уголовно наказуемого хулиганства. Обстоятельства, отягчающие ответственность за хулиганство: совершение правонарушения группой лиц по предварительному сговору, совершение правонарушения организованной группой, сопротивление представителю власти. Понятие о вандализме. Преступления, связанные с надругательством над телами умерших, захоронениями и т. п., и ответственность за их совершение.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

Правила поведения в чрезвычайных ситуациях при­родного и техногенного характера: при землетрясении; при сходе лавины, оползня, селя, обвала; при внезапном возник­новении урагана, бури, смерча; при наводнении; при пожаре в здании; при аварии с выбросом аварийно химически опас­ных веществ; при аварии на радиационно опасных объек­тах; при нахождении в зоне лесного пожара; при попадании в завал.

ЗАКОНОДАТЕЛЬНЫЕ И НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ОБЛАСТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯБЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Основные законы, регламентирующие деятельность государственной власти в области гарантий прав и свобод че­ловека, охраны его жизни и здоровья: Закон Российской Фе­дерации «О безопасности», Федеральный закон «Об оборо­не», Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного ха­рактера». Регламентируемые ими цели, задачи, вопросы и нормы.

Содержание Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и тех­ногенного характера». Права граждан России в области за­щиты от чрезвычайных ситуаций. Обязанности граждан при участии в мероприятиях по защите людей и материальных ценностей и в работах по ликвидации последствий чрезвы­чайных ситуаций.

Содержание Федерального закона «О пожарной безопас­ности». Права и обязанности граждан России в области по­жарной безопасности.

Основные положения Федерального закона «О граждан­ской обороне».

Основное содержание Федеральных законов «О противо­действии терроризму», «О радиационной безопасности на­селения», «О предупреждении распространения в Россий­ской Федерации заболевания, вызываемого вирусом имму­нодефицита человека (ВИЧ-инфекции)», «О промышленной безопасности опасных производственных объектов», «О без­опасности гидротехнических сооружений».

Содержание Федерального закона «О транспортной безопасности», основные задачи обеспечения транспортной безопасности.

Основное содержание Федеральных законов «О качестве и безопасности пищевых продуктов», «О противодействии экстремистской деятельности», «О санитарно-эпидемио­логическом благополучии населения», «О наркотических средствах и психотропных веществах», «Об охране окру­жающей среды», «О безопасном обращении с пестицидами и агрохимикатами».

Основные подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.

ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА КАК СИСТЕМА МЕР ПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В ВОЕННОЕ ВРЕМЯ

История создания гражданской обороны. Предназначение и задачи гражданской обороны. Струк­тура и органы управления. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны. Руковод­ство гражданской обороной в Российской Федерации. Струк­тура органов управления гражданской обороной. Права и обязанности граждан России в области гражданской обо­роны.

Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Задачи подсистемы РСЧС предупреждения и ликви­дации последствий чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности, находящейся в сфере деятельности Федерального агентства Российской Федерации по образова­нию. Понятие о плане действий по предупреждению и лик­видации чрезвычайных ситуаций в мирное время и плане гражданской обороны, их примерное содержание. Основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны.

СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯИ ИХ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ

Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии и ядерном взрыве. Классификация ядер­ных взрывов, характеристика воздушного, наземного и под­земного (подводного) ядерных взрывов. Характеристика по­ражающих факторов ядерного взрыва: ударной волны, све­тового излучения, проникающей радиации, радиоактивного загрязнения, электромагнитного импульса. Зоны радиоак­тивного загрязнения.

Химическое оружие. Понятие о химическом оружии. Признаки применения химического оружия. Понятие о бое­вых токсичных химических веществах (БТХВ). Пути про­никновения БТХВ в организм человека. Классификация БТХВ по действию на организм человека и характеристика БТХВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, удушаю­щего, общеядовитого, психохимического действия. Класси­фикация БТХВ по тактическому назначению: смертельные, временно выводящие из строя, раздражающие.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Понятие о бактериологическом оружии. Понятие о болезнетворных микробах: бактериях, вирусах, риккетсиях, грибках. Ха­рактеристика насекомых-вредителей сельскохозяйственных культур. Способы применения бактериологического ору­жия: аэрозольный, трансмиссивный, диверсионный. Харак­терные признаки, указывающие на применение бактериоло­гического оружия. Комплекс мер по защите населения.

Современные обычные средства поражения. Понятие об обычном оружии. Виды обычных средств поражения. Ха­рактеристика огневых и ударных средств (боеприпасов): ос­колочных, фугасных, кумулятивных, бетонобойных, зажи­гательных, объемного взрыва. Воздействие зажигательного оружия на людей и меры защиты от него. Характеристика высокоточного оружия — разведывательно-ударных комп­лексов и управляемых авиационных бомб.

ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ РСЧС И ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ ПО ЗАЩИТЕ НАСЕЛЕНИЯ В МИРНОЕ И ВОЕННОЕ ВРЕМЯ

Оповещение и информирование населения об опас­ностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Понятие об оповещении. Система опове­щения населения на территории субъекта Российской Феде­рации. Основные и вспомогательные средства оповещения. Локальные системы оповещения и зоны их действия. Опове­щение населения в местах массового пребывания людей.

Организация инженерной защиты населения от пора­жающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о средствах коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Понятие об убежище. Виды убежищ, их характеристика и внутреннее устройство. Понятие о про­тиворадиационном укрытии. Характеристика противоради­ационных укрытий и их внутреннее устройство. Понятие об укрытиях простейшего типа, их защитные свойства. Разме­щение людей в убежище и правила поведения в нем.

Средства индивидуальной защиты населения.

Средства защиты органов дыхания(прот и в о г а з ы). Применение противогазов. Классификация противогазов по принципу защитного действия (фильтрую­щие и изолирующие). Принцип действия фильтрующих про­тивогазов. Понятие об адсорбции, хемосорбции, катализе, фильтрации с использованием противодымного фильтра. Устройство противогаза. Характеристика гражданских про­тивогазов ГП-7, ГП-7В, ГП-7ВМ, принцип их действия.

Средстваиндивидуальнойзащитыкожи. Предназначение и виды средств индивидуальной защиты ко­жи. Характеристика изолирующей спецодежды и одежды из фильтрующих материалов. Применение и характеристика изолирующих и фильтрующих средств защиты кожи — общевойскового защитного комплекта, легкого защитного костюма Л-1, защитной фильтрующей одежды. Правила пользования средствами индивидуальной защиты кожи. Предметы бытовой одежды, пригодные для защиты кожи.

Медицинскиесредствазащиты. Понятие о медицинских средствах защиты. Аптечка индивидуальная АИ-2, характеристика ее медицинских препаратов, их на­значение и применение. Характеристика индивидуальных противохимических пакетов ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10 и пра­вила пользования ими. Проведение санитарной обработки при помощи подручных средств.

Организация и ведение аварийно-спасательных и неот­ложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Понятие об аварийно-спасательных работах. Характеристика основных видов обеспечения аварийно-спасательных работ: разведки, транспортного, инженерного, дорожного, метеорологическо­го, технического, материального, медицинского обеспече­ния. Основные этапы аварийно-спасательных работ.

Санитарнаяобработканаселенияпосле пребываниявзонезаражения. Понятие о сани­тарной обработке. Способы и правила проведения частичной санитарной обработки. Проведение полной санитарной обра­ботки при различных заражениях.

Жизнеобеспечениенаселениявчрезвы­чайныхситуациях. Первоочередные мероприятия по жизнеобеспечению населения в чрезвычайных ситуациях. Организация и проведение работ по морально-психологиче­ской поддержке населения.

**ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

ОСНОВНЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Микроорганизмы в окружающей среде и их влияние на человека.

Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Классификация микроорганизмов по их влия­нию на организм человека. Классификация инфекционных заболеваний, краткая характеристика выделяемых групп. Возбудители инфекционных заболеваний.Возникновение и распространение инфекционных за­болеваний. Понятие об эпидемии и пандемии. Пути переда­чи инфекции и их характеристика.

Иммунитет. Понятие об иммунитете, антигенах, антите­лах, иммунной реакции организма. Факторы, влияющие на иммунитет. Разновидности иммунитета, их формирование.

Профилактика инфекционных заболеваний. Характе­ристика элементов общей эпидемиологической цепи и меры по предотвращению распространения инфекционных забо­леваний. Понятие о карантине.

Внешние признаки инфекционного заболевания. Основ­ные проявления инфекционных заболеваний. Понятие об инкубационном периоде инфекционного заболевания. Пери­оды развития инфекционного заболевания.

Наиболее распространенные инфекционные заболева­ния. Возбудитель, пути заражения, основные проявления и течение инфекции, возможные последствия, лечение и про­филактика следующих заболеваний: дизентерии, инфекци­онного (эпидемического) гепатита, ботулизма, пищевых ток-сикоинфекций, гриппа, дифтерии, краснухи, скарлатины, свинки (эндемического паротита).

ЗНАЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

Двигательная активность. Понятие о двигательной активности. Влияние двигательной активности на организм человека. Влияние мышечной работы на систему кровообра­щения, сопротивляемость заболеваниям, работоспособность и развитие организма. Основные составляющие тренирован­ности организма человека. Понятие о сердечно-дыхательной выносливости. Влияние физических нагрузок на сердеч­но-сосудистую и дыхательную системы. Аэробные и анаэроб­ные упражнения, их характеристика. Понятие о мышечной силе и выносливости. Силовые упражнения с внешним со­противлением и с преодолением веса собственного тела — эффективное средство развития силы мышц. Понятие о ско­ростных качествах и гибкости, упражнения для их раз­вития.

**ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ**

Введение. Краткий обзор войн и сражений в русской истории. Важность осознания современным человеком при­надлежности к своему народу и истории.

ВООРУЖЕННЫЕ СИЛЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ — ЗАЩИТНИКИ НАШЕГО ОТЕЧЕСТВА

История создания Вооруженных Сил России. Воен­ные дружины на Руси в древности и во времена становления Московского княжества. Военные реформы Ивана IV и Пет­ра I. Военные реформы под руководством Д. А. Милютина. Реформы в военной сфере начала XX века. Вооруженные Силы Советского Союза и Российской Федерации.

Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Понятие о Вооруженных Силах. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

Сухопутныевойска. История возникновения и развития Сухопутных войск. Характеристика современных Сухопутных войск. Краткая характеристика состава Сухо­путных войск — мотострелковых, танковых, ракетных войск и артиллерии, войск противовоздушной обороны, спе­циальных войск.

Военно-воздушныесилы. История создания и развития авиации, ее применение в военном деле. Общая ха­рактеристика Военно-воздушных сил. Состав и вооружение родов войск Военно-воздушных сил.

Военно-морскойфлот. История создания и раз­вития Военно-морского флота России. Общая характеристи­ка и состав Военно-морского флота.

Ракетныевойскастратегическогоназна­чения. История применения ракет в военном деле. Ха­рактеристика Ракетных войск стратегического назначения и их вооружение.

Войскавоздушно-космическойобороны. Назначение и задачи Войск воздушно-космической обороны.

Воздушно-десантныевойска. Характеристика Воздушно-десантных войск, их вооружение и боевые свой­ства.

ТылВооруженныхСил. История возникновения и развития тыловых частей, адаптация их к современным условиям. Общая характеристика и задачи Тыла Вооружен­ных Сил. Средства, используемые Тылом Вооруженных Сил для выполнения задач.

Специальныевойска. Общая характеристика и состав специальных войск. Характеристика инженерных войск, войск связи, войск радиационной, химической и био­логической защиты.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения нацио­нальной безопасности страны. Общая характеристика Рос­сийской Федерации и гаранты ее безопасности. Понятие об обороноспособности государства и об обороне. Основа оборо­ны Российской Федерации. Роль Вооруженных Сил Россий­ской Федерации и других структур в осуществлении оборо­ны и защиты государства. Понятие о безопасности, основные функции государства по обеспечению безопасности. Состав сил, обеспечивающих безопасность государства.

Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Перечень других войск, воинских формирований и органов, в которых осуществляется испол­нение военной службы. Комплектование других войск, во­инских формирований и органов, их задачи и функции.

БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ

Патриотизм и верность воинскому долгу — основ­ные качества защитника Отечества. Понятие о боевых тра­дициях. Боевые традиции российских Вооруженных Сил. Понятие о героизме, мужестве, воинской доблести и чести. Понятие о чувстве долга и воинском долге.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой го­товности воинских частей и подразделений. Понятие о воин­ском коллективе. Характерные черты воинского коллекти­ва. Понятие о воинском товариществе.

СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ

Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Краткая история знамени. Понятие о Боевом знамени. Порядок вручения Боевого знамени воин­ской части, хранение, охрана и защита Боевого знамени.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и за­слуги в бою и военной службе. Понятие об орденах. Ордена России и СССР. Понятие о медалях и званиях. Наградная система Российской Федерации.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Понятие о воинских ритуалах. Виды воинских ритуалов. Понятие о Военной присяге. Ритуал приведения к Военной присяге. Ритуал подъема и спуска Государственного флага Российской Федерации и порядок его проведения. Проведе­ние ритуала вручения военнослужащим вооружения, воен­ной техники и стрелкового оружия.

**УЧЕБНЫЕ СБОРЫ ПО ОСНОВАМ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ**

Повседневная жизнь и деятельность военнослужа­щих, распорядок дня, размещение и быт. Организация внут­ренней службы и внутренний порядок. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация карауль­ной службы. Обязанности часового. Учеба военнослужащих: строевая подготовка, огневая подготовка, тактическая под­готовка, физическая подготовка, военно-медицинская под­готовка.

**11 КЛАСС**

**ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Правила личной гигиены и здоровье. Понятие о ги­гиене и личной гигиене.

Уходзазубами. Общие сведения о зубах. Распро­страненные стоматологические заболевания (кариес, стома­тит), их причины и симптомы. Последствия пренебрежения профилактикой и лечением. Меры профилактики по поддер­жанию зубов и полости рта в здоровом состоянии.

Уходзаволосами. Общие сведения о волосяном покрове. Распространенные заболевания кожи головы, их причины и симптомы. Рекомендации по лечению и профи­лактике себореи. Рекомендации по ежедневному уходу за во­лосами.

Очищениеорганизма. Причины и проявления загрязнения и отравления организма. Общие сведения о наи­более распространенных методиках очищения организма.

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Семьяиеезначениевжизничеловека. Понятие о семье. Задачи семьи. Распространенные пробле­мы семейных отношений в современных браках. Основные причины распада ранних браков. Сложности при создании семьи.

Факторы,влияющиенагармониюсов-м е с т н о й ж и з н и. Основные факторы, влияющие на пси­хологическую совместимость. Закон совместимости. Основ­ные качества характера, обеспечивающие совместимость людей. Психологические советы по достижению взаимопо­нимания и уважительности в семейных отношениях.

Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Основные положения законодательства о семье, дей­ствующего в России. Необходимые условия для вступления в брак. Обстоятельства, не позволяющие заключить брак. Основания для признания брака недействительным. Основа­ния для расторжения брака в органе записи актов граждан­ского состояния или судебном порядке.

П р а в а и о б я з а н н о с т и р о д и т е л е й и д е т е й. Основные права и обязанности родителей. Основания для лишения родительских прав. Основные права и обязанности детей.

Заболевания, передающиеся половым путем. Понятие о венерических болезнях, их опасность для жизни и здоровья людей. Классификация заболеваний, передающихся поло­вым путем.

С и ф и л и с. Общие сведения о возбудителе заболевания. Проявления заболевания. Течение болезни в различные пе­риоды. Последствия заболевания. Методы диагностирова­ния заболевания и проверки успешности лечения.

Гонорея. Общие сведения о заболевании и его возбу­дителе. Признаки и течение заболевания. Последствия забо­левания. Методы диагностирования заболевания.

Грибковыезаболевания,трихомониаз, гарднереллез. Понятие о вагинитах и общие сведения об их возбудителях. Симптомы, возникающие при вагини­тах. Последствия заболеваний.

Х л а м и д и о з. Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Симптомы и последствия заболевания. Диаг­ностика и лечение заболевания.

Генитальныйгерпесигенитальныебо­р о д а в к и (к о н д и л о м ы). Последствия вирусных забо­леваний. Общие сведения о возбудителе герпеса. Признаки итечение болезни. Общие сведения о возбудителе кондилом. Признаки и течение заболевания.

Синдромприобретенногоиммунодефи­цита(СПИД)иегопрофилактика. Общие сведе­ния о заболевании и его возбудителе. Последствия заболе­вания. Классификация форм проявления ВИЧ-инфекции. Пути заражения СПИДом. Временные периоды развития ВИЧ-инфекции. Профилактика СПИДа. Диагностика забо­левания.

Важность своевременного обращения к врачу при первых признаках заболевания. Меры профилактики венерических заболеваний.

Уголовнаяответственностьзазаражение венерическойболезнью. Понятие о заражении ве­нерической болезнью. Заражение венерической болезнью как следствие прямого или косвенного умысла, преступного легкомыслия. Налагаемое УК РФ наказание за заражение венерической болезнью.

ОтветственностьзазаражениеВИЧ-ин­фекцией. Понятие о преступном деянии в отношении за­ражения ВИЧ-инфекцией, субъекты подобного преступле­ния. Налагаемое УК РФ наказание за заражение ВИЧ-ин­фекцией.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Первая помощь при кровотечениях и ранениях.

К р о в о т е ч е н и я. Понятие о кровотечении, причины, вызывающие кровотечения. Виды кровотечений и их ха­рактеристика. Признаки наружных артериального и веноз­ного кровотечений. Способы временной остановки кровоте­чения. Точки пальцевого прижатия артерий для остановки артериальных кровотечений. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечностей. Наложение кровоос­танавливающего жгута: техника выполнения и возможные ошибки. Правила наложения давящей повязки. Остановка поверхностного венозного и капиллярного кровотечений. Признаки внутреннего кровотечения, правила оказания первой помощи.

Ранения. Понятие о ране. Виды ран и их характе­ристика. Порядок оказания первой помощи при обширной и незначительной ранах. Понятие о повязке и перевязке. Ви­ды повязок и принцип их наложения. Порядок действий по снятию одежды с пораженной части тела.

Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.

У ш и б. Причины закрытых повреждений тканей. При­знаки ушиба. Порядок оказания первой помощи при ушибах.

Р а с т я ж е н и е. Причины растяжения связок. Призна­ки растяжения. Порядок оказания первой помощи при рас­тяжениях.

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

В ы в и х. Причины вывихов. Признаки вывиха. Порядок оказания первой помощи при вывихах.

Перелом. Понятие о переломе. Признаки и виды пере­ломов. Порядок оказания первой помощи при открытых и закрытых переломах. Основные принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами. Способы иммобилизации верхних и нижних конечностей.

Первая помощь при черепно-мозговой травме и по­вреждении позвоночника.

Нарушениянервнойсистемы,требующие оказанияпервойпомощи. Важность функций нервной системы, возможные последствия при получении травм. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Порядок оказания первой помощи при травмах головы или позвоночника.

Сотрясениеголовногомозга. Причины, при­знаки и симптомы сотрясения головного мозга. Порядок оказания первой помощи при сотрясении головного мозга.

Первая помощь при травмах груди, живота и области таза. Причины и возможные последствия травм грудной клетки.

Переломыреберипереломгрудины. При­знаки и симптомы переломов ребер и грудины. Порядок ока­зания первой помощи при переломе ребер. Понятие о пнев­мотораксе. Признаки и симптомы закрытого, открытого и клапанного пневмотораксов, порядок оказания первой помо­щи при них.

Ушиббрюшнойстенки. Причины возникнове­ния и внешние признаки ушиба.

Закрытыеповрежденияживота,сопро­вождающиесявнутрибрюшнымкровотече-н и е м. Причины и признаки внутрибрюшного кровоте­чения.

Закрытыеповрежденияживота,сопро­вождающиесяразрывомтогоилииногопо­логооргана. Признаки закрытого повреждения жи­вота. Порядок оказания первой помощи при повреждении живота.

Раненияживота. Признаки проникающего ране­ния. Порядок оказания первой помощи при ранении жи­вота.

П е р е л о м ы к о с т е й т а з а. Причины и возможные последствия травмирования тазового пояса. Признаки пере­лома костей таза. Порядок оказания первой помощи при пе­реломах костей таза.

Первая помощь при травматическом шоке. Понятие о травматическом шоке. Причины травматического шока. Первичный травматический шок и его признаки. Вторич­ный травматический шок и его признаки. Порядок оказания первой помощи при травматическом шоке.

Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. При­знаки попадания инородных тел в полости носа и правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в глотку и пищевод, правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила оказания первой помощи при попадании ино­родных тел различной формы в верхние дыхательные пути.

Первая помощь при остановке сердца. Причины и по­следствия остановки сердца. Признаки остановки сердца, определение пульса на сонной артерии. Первая помощь при остановке сердца.

Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Причины острой сердечной недостаточности. Признаки острой сердечной недостаточности и оказание пер­вой помощи.

Инсульт. Причины и симптомы инсульта. Оказание первой помощи при инсульте.

**ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ**

ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

Основные понятия о воинской обязанности. Понятие о воинской обязанности. Структура и содержание воинской обязанности граждан Российской Федерации. Понятие о во­енной службе. Особенности военной службы по сравнению с другими видами государственной деятельности и иной дея­тельностью. Военная служба по призыву и в добровольном порядке (по контракту).

Организация воинского учета и его предназначение.

Понятие о воинском учете. Процедура первоначальной по­становки на воинский учет. Состав и обязанности комиссии по постановке граждан на воинский учет. Обязанности граж­дан по воинскому учету. Уважительные причины неявки по повестке военного комиссариата.

Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Содержание обязательной подготовки к военной службе. Профессиональный психологический отбор и решаемые им задачи. Принятие решения о соответствии конкретного лица определенной должности, специальности и роду войск, вы­несение оценки о профессиональной пригодности граждан к военной службе. Нормативы по физической подготовке для нового пополнения воинских частей.

Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Содержание добровольной подготовки к военной службе. Во­енно-прикладные виды спорта, культивируемые в Воору­женных Силах Российской Федерации как подготовка к во­енной службе. Подготовка на военных кафедрах граждан­ских вузов. Обучение в соответствии с дополнительными образовательными программами.

Организация медицинского освидетельствования и ме­дицинского обследования при постановке на воинский учет.

Процедура запроса первичных сведений о гражданах, подле­жащих постановке на воинский учет. Порядок обследования граждан, подлежащих учету. Понятие о медицинском осви­детельствовании. Вынесение заключения о категории год­ности гражданина к военной службе.

ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Правовые основы военной службы. Основы право­вого регулирования обеспечения обороны страны и стро­ительства Вооруженных Сил в Конституции Российской Фе­дерации. Основополагающие акты в области обеспечения обороны и строительства Вооруженных Сил и их краткая ха­рактеристика — Федеральные законы «Об обороне», «О во­инской обязанности и военной службе», «О статусе воен­нослужащих», «О мобилизационной подготовке и моби­лизации в Российской Федерации». Права и свободы военно­служащих. Структура и содержание социальных гарантий и компенсаций военнослужащим. Положения, предусмотрен­ные Федеральным законом «Об альтернативной граждан­ской службе».

Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. История создания в России воинских уставов. Понятие о воинских уставах, их виды. Содержание боевых и общевоинских уставов. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федера­ции. Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Во­оруженных Сил Российской Федерации. Строевой устав Во­оруженных Сил Российской Федерации.

Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. История ритуала принятия Военной присяги. Содержание Военной присяги и порядок приведения к ней. Морально-нравственное и правовое значение акта принятия Военной присяги.

Прохождение военной службы по призыву. Категории граждан, подлежащих призыву на военную службу, осво­божденных от призыва, не подлежащих призыву. Граждане, которым предоставляется отсрочка от призыва. Граждане, имеющие право на отсрочку от призыва, случаи, когда за ни­ми сохраняется это право. Состав призывной комиссии и принимаемые этой комиссией решения. Начало и окончание военной службы, порядок присвоения воинских званий. Сущность воинского долга. Общие, должностные и специ­альные обязанности военнослужащих.

Прохождение военной службы по контракту. Категории граждан, имеющих право заключать контракт о прохожде­нии военной службы. Сроки службы по первому и последую­щим контрактам. Условия, определяемые в контракте о про­хождении военной службы. Порядок прохождения и усло­вия военной службы по контракту. Права военнослужащих, заключивших контракт о прохождении военной службы.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Понятие об увольнении с военной службы. Причины, по ко­торым военнослужащий подлежит увольнению с военной службы. Случаи, когда военнослужащие, не имеющие зва­ния офицера и проходящие военную службу по призыву, имеют право на досрочное увольнение. Понятие о запасе Во­оруженных Сил Российской Федерации. Категории граж­дан, состоящих в запасе Вооруженных Сил Российской Фе­дерации. Разряды граждан, пребывающих в запасе. Катего­рии граждан, освобождаемых от военных сборов.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Составы и воинские звания военнослужащих, установленные Феде­ральным законом «О воинской обязанности и военной служ­бе». Значение персональных воинских званий, процедура их присвоения. Виды установленной для военнослужащих во­енной формы одежды и знаков различия. Порядок полу­чения военной формы одежды при призыве на военную службу.

Права и ответственность военнослужащих. Понятие о статусе военнослужащих. Реализация общегражданскихправ и свобод гражданами, состоящими на военной службе. Особые права военнослужащих. Юридическая ответствен­ность военнослужащих: дисциплинарная, административ­ная, материальная, гражданско-правовая, уголовная.

Дисциплинарнаяответственность. Поня­тие о дисциплинарном проступке. Виды и порядок примене­ния дисциплинарных взысканий.

Административнаяответственность. По­нятие об административном правонарушении. Виды и поря­док применения административных взысканий.

Материальнаяответственность. Понятие о материальной ответственности и реальном ущербе. Случаи, в которых применяется материальная ответственность (огра­ниченная и полная) в виде денежных взысканий. Порядок привлечения военнослужащих к материальной ответствен­ности.

Уголовнаяответственность. Уголовные пре­ступления и назначаемые виды наказаний. Преступления против военной службы, за которые предусмотрена уголов­ная ответственность. Наказание за нарушение уставных пра­вил взаимоотношения между военнослужащими.

ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ — ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛРОССИИ

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинст­вом несущий звание защитника Отечества. Главные требо­вания, предъявляемые к солдату. Понятие о патриотизме. Примеры патриотизма народа в русской истории. Понятие о воинском долге, требования воинского долга к военнослужа­щим. Понятие о воинской дисциплине и ее важность в усло­виях ведения боевых действий.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве вла­деющий оружием и военной техникой. Характер и цели обу­чения военнослужащих. Понятие о системе боевой подготов­ки. Тактическая, огневая, физическая, техническая, строе­вая подготовка, изучение общевоинских уставов. Одиночная подготовка военнослужащих. Слаживание подразделений и частей.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессио­нальным качествам гражданина. Цели и виды воинской деятельности. Понятие о боевой деятельности. Характерис­тика боевых действий. Понятие об учебно-боевой деятель­ности, ее характеристика. Понятие о повседневной дея­тельности, ее регламентирование. Главные требования, предъявляемые воинской деятельностью к каждому военно­служащему, важность качеств, необходимых для успешной военной деятельности. Основные профессионально важные качества военнослужащих некоторых видов Вооруженных Сил и родов войск. Коллективный характер воинской дея­тельности.

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняю­щий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Деление военнослужащих на начальников и подчиненных. Понятие о единоначалии. Понятие о дисцип­линированности. Виды дисциплинированности. Важность дисциплинированности в боевых условиях. Формирование дисциплинированности как важного качества личности воина.

Как стать офицером Российской армии. История воен­но-учебных заведений России. Система военного образова­ния Российской Федерации. Правила приема в военные об­разовательные учреждения профессионального образова­ния: необходимые документы и требования к кандидату. Кандидаты, зачисляемые без проверки общеобразователь­ной подготовки и вне конкурса, кандидаты, пользующиеся преимущественным правом при зачислении. Обучение в во­енном образовательном учреждении. Санкции, применяе­мые к лицам, отчисленным из военного образовательного уч­реждения: направление для прохождения военной службы по призыву, возмещение средств, затраченных на обучение. Завершение обучения и присвоение офицерского знания.

Международная миротворческая деятельность Воору­женных Сил Российской Федерации. Важность международ­ного сотрудничества в области поддержания стабильности и мира. Участие России в урегулировании конфликтов. Внут­ренние и международные документы, на основании которых осуществляется миротворческая деятельность. Социальные гарантии и компенсации военнослужащим, проходящим службу в «горячих» точках.

МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТВ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ

Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Особеннос­ти ведения военных действий в XX веке. Основные докумен­ты международного гуманитарного права. Цели междуна­родного гуманитарного права: защита населения и ограни­чения при ведении военных действий. Основные типы огра­ничений при ведении военных действий в международном гуманитарном праве: по лицам, объектам, средствам и мето­дам. Главный принцип ведения боевых действий. Запреты в отношении методов и средств ведения боевых действий.

Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта. Назначение международных отличительных знаков и история их использования. Лица и объекты, находящиеся под защитой и имеющие право на ис­пользование отличительных знаков. Последствия недобро­совестного использования отличительных знаков. Система гражданской обороны, ее задачи и используемый отличи­тельный знак. Понятие о культурных ценностях. Общая и особая защита культурных ценностей и обозначающие ее специальные отличительные знаки. Отличительный знак за­щиты установок и сооружений, содержащих опасные силы. Предназначение белого флага. Создание нейтральной зоны и обозначающий ее знак.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ

Призыв на военную службу как стрессовая ситуа­ция. Понятие о стрессе и дистрессе. Практические советы по подготовке к стрессогенной ситуации и благополучному вы­ходу из нее. Признаки стрессового состояния.

Личность и социальная роль военного человека. Понятие о личности, социальной позиции, социальной роли. Приня­тие социальной роли военного человека. Важность знаний о стрессе и собственных психологических особенностях.

Психологические свойства в структуре личности. На­правленность как ведущее психологическое свойство в структуре человеческой личности. Понятие о мировоззре­нии. Важность наличия у призывника и военнослужащего правильно сформированного мировоззрения.

Слухи и искаженная информация. Причины и последст­вия распространения негативных слухов относительно воен­ной службы. Типология слухов. Психологические законо­мерности распространения слухов. Профилактика воздейст­вия слухов на формирование мировоззрения.

О морально-этических качествах военнослужащих. По­нятие о совести. Требования совести, ее основа и проявле­ния. Понятие о чести и достоинстве. Понятие о чести коллек­тива. Защита Родины как защита личного достоинства.

Чувства личности и военная служба. Понятие о чувствах и эмоциях личности. Понятие о чувстве патриотизма. При­чины психофизиологических трудностей, с которыми стал­киваются призывники и новобранцы.

Самовоспитание и самосовершенствование личности. Понятие о самовоспитании и самосовершенствовании. Чув­ства, имеющие способность к развитию. Понятие о созна­тельном действии. Преодоление внутренних и внешних пре­пятствий ради осуществления цели.

Психическое саморегулирование и самоанализ. Понятие о психическом саморегулировании. Применение психиче­ского саморегулирования. Наиболее известные методы пси­хического саморегулирования. Самоанализ: разновидности, поставленные цели, используемые приемы. Важность веде­ния записей о ходе исследования своей личности и данных, полученных в ходе самоанализа.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**10 КЛАСС**

|  |  |
| --- | --- |
| **НАИМЕНОВАНИЯ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ** | **Количество часов** |
| **Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях** | **21** |
| Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования | 3 |
| Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера | 1 |
| Уголовная ответственность несовершеннолетних | 3 |
| Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | 2 |
| Законодательные и нормативные правовые акты российской федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства | 2 |
| Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время | 2 |
| Современные средства поражения и их поражающие факторы | 4 |
| Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время | 4 |
| **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **4** |
| Основные инфекционные заболевания и их профилактика | 2 |
| Значение двигательной активности для здоровья человека | 2 |
| **Раздел III. Основы военной службы** | **9** |
| Вооруженные силы российской федерации — защитники нашего отечества | 5 |
| Боевые традиции ВС РФ. Символы воинской чести. | 4 |
| Учебные сборы по основам подготовки к военной службе | 40 |
| **Итого** | **74** |

**11КЛАСС**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименования разделов и тем** | **Количество часов** |
| **Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **14** |
| Основы здорового образа жизни | 6 |
| Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи | 8 |
| **Раздел II. Основы военной службы** | **20** |
| Воинская обязанность. Военнослужащий защитник своего Отечества. | 11 |
| Особенности военной службы | 2 |
| Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов | 3 |
| Психические основы подготовки к военной службе. | 2 |
| **Итого** | **34** |

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕИ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

Личностные результаты:

* усвоение и соблюдение правил индивидуального и кол­лективного безопасного поведения в чрезвычайных, экстре­мальных и опасных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
* усвоение гуманистических, демократических и тра­диционных ценностей многонационального российского об­щества, воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, готовности служить ей и защищать ее;
* уважение к государственным символам Российской Фе­дерации — гербу, флагу и гимну;
* сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учиты­вающего социальное, культурное, языковое и духовное мно­гообразие современного мира, осознание своего места в этоммире;
* осознание себя в качестве активного и ответственного гражданина, уважающего закон и правопорядок, правильно понимающего и выполняющего свои конституционные пра­ва и обязанности, принимающего традиционные националь­ные и общечеловеческие гуманистические и демократиче­ские ценности, обладающего чувством собственного досто­инства;
* готовность и способность вести диалог с другими людьми, сформированность коммуникативных навыков об­щения и сотрудничества со сверстниками, старшими и млад­шими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов де­ятельности;
* готовность и способность к саморазвитию, самовоспи­танию и самообразованию, к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной де­ятельности;
* сформированность основ экологического мышления, осознание влияния социально-экономических процессов на состояние окружающей среды, приобретение опыта береж­ного и ответственного отношения к природе;
* бережное, ответственное и компетентное отношение к своему здоровью и здоровью других людей, умение оказы­вать первую помощь и самопомощь;
* принятие и реализация ценностей здорового и разумно­го образа жизни, потребность в физическом самосовершен­ствовании и спортивно-оздоровительной деятельности, не­приятие курения, употребления алкоголя и наркотиков;
* осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, ответственный подход к созданию семьи, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
* сформированностьантиэкстремистского и антитерро­ристического мышления и поведения.

Метапредметные результаты:

* умение самостоятельно определять цели своей дея­тельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и внеучебной работе, составлять планы и контроли­ровать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в раз­личных ситуациях;
* умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции дру­гого, разрешать конфликты, находя решение на основе со­гласования позиций и учета интересов;
* владение навыками познавательной, учебно-исследо­вательской и проектной деятельности, умениями в разреше­нии проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;
* готовность и способность к самостоятельной инфор­мационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, по­лучаемую из различных источников, достаточная компе­тентность в области использования информационно-комму­никационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
* умение оценивать свои возможности и согласовывать действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнози­руемыми результатами, определять их способы, контроли­ровать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
* владение языковыми средствами — умение ясно, ло­гично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области безопасности жизнедеятель­ности;
* владение приемами действий и способами применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях при­родного, техногенного и социального характера;
* сформированность и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познаватель­ной, коммуникативной и социальной практике, для профес­сиональной ориентации.

Предметные результаты:

* сформированность представлений о культуре безопас­ности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологиче­ской безопасности как о жизненно важной социально-нравст­венной позиции человека и средстве, повышающем защи­щенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая негативное влияние человече­ского фактора;
* знание основ государственной системы Российской Фе­дерации, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
* сформированность представлений и убеждений о необ­ходимости отрицания экстремизма, терроризма, других дей­ствий противоправного характера и асоциального пове­дения;
* сформированность представлений о здоровом и разум­ном образе жизни как о средстве обеспечения духовного, фи­зического и социального благополучия личности;
* знание наиболее распространенных опасных и чрезвы­чайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
* знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т. д.);
* знание основных мер защиты, в том числе в области гражданской обороны, и правил поведения в опасных и чрез­вычайных ситуациях;
* умение предвидеть возникновение опасных и чрезвы­чайных ситуаций по характерным для них признакам и ис­пользуя различные информационные источники;
* умение применять полученные знания в области безо­пасности на практике, проектировать модели личного без­опасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
* 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;
* знание основных видов военно-профессиональной дея­тельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пре­бывания в запасе;
* владение основами медицинских знаний и оказания пер­вой помощи пострадавшим и самопомощи при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОЦЕНКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНЫХ СБОРОВ**

**Результаты учебных сборов оцениваются по следующим критериям:**

• тактическая подготовка — выбор места для стрельбы, трассировка окопа, передвижение на поле боя перебежками и переползанием;

• огневая подготовка — неполная разборка автомата Калашникова и сборка после неполной разборки, знание работы частей и механизмов автомата, подготовка к стрельбе, меры безопасности при проведении стрельб и метании ручных гранат, выполнение начального упражнения из автомата (третьего упражнения из малокалиберной винтовки) и первого упражнения по метанию ручных гранат;

• строевая подготовка — строевая стойка, повороты на месте и в движении, строевой шаг, воинское приветствие

на месте и в движении, строи отделения и взвода;

• радиационная, химическая и биологическая защита - приемы и способы радиационной, химической и биологической защиты; преодоление участка местности, зараженного радиоактивными (боевыми токсичными химическими) веществами; действия по сигналам оповещения и вспышке ядерного взрыва; выполнение нормативов по надеванию средств индивидуальной защиты;

• медицинская подготовка — остановка кровотечения, наложение повязки на верхние и нижние конечности;

• физическая подготовка — в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей и к кандидатам, поступающим в военно-учебные заведения.

**Индивидуальная оценка каждого обучаемого складывается из оценок, полученных за выполнение каждого норматива:**

• «отлично», если не менее 50% нормативов выполнено на «отлично», остальные — на «хорошо»;

• «хорошо», если не менее 50% нормативов выполнено на «отлично» и «хорошо», остальные — не ниже «удовлетворительно»;

• «удовлетворительно», если не более чем по одному из нормативов получена оценка «неудовлетворительно»;

• «неудовлетворительно», если получены две и более оценки «неудовлетворительно».

**Общая оценка за учебные сборы:**

• «отлично», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, — «отлично», а по строевой — не ниже «хорошо» при примерном или удовлетворительном поведении;

• «хорошо», если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке, — не ниже «хорошо», а по строевой — не ниже «удовлетворительно» при примерном или удовлетворительном поведении;

• «удовлетворительно», если не более чем по одному разделу учебной программы получена оценка «неудовлетворительно» при примерном или удовлетворительном поведении;

• «неудовлетворительно», если по двум и более разделам учебной программы получены оценки «неудовлетворительно».

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕИ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**Учебно-методические комплексыпо основам безопасности жизнедеятельности**

**10 класс**

Латчук В. Н., Марков В. В., Миронов С. К., Ванго-родский С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизне­деятельности. 10 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жиз­недеятельности. 10 класс: тетрадь для оценки качества зна­ний. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.

**11 класс**

Марков В. В., Латчук В. Н., Миронов С. К., Ванго-родский С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник. — М.: Дрофа.

Марков В. В., Латчук В. Н. Основы безопасности жизне­деятельности. 11 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жиз­недеятельности. 11 класс: тетрадь для оценки качества зна­ний. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.

**Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы**

Латчук В. Н., Миронов С. К., Вангородский С. Н. Ос­новы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: про­граммы. — М.: Дрофа.

Латчук В.Н., Миронов С. К., Вангородский С.Н., Улья­нова М.А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы: рабочая программа. — М.: Дрофа.

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: тематическое планирование. — М.: Дрофа.

Фролов М. П. Безопасное поведение на дорогах. 5—10 клас­сы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.

Дурнев Р. А., Смирнов А. Т. Формирование основ куль­туры безопасности жизнедеятельности школьников. 5— 11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном уч­реждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жиз­недеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Соловьев С. С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья че­ловека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Харьков Н. Г. Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 10—11 классы: методи­ческое пособие. — М.: Дрофа.

Хромов Н. И. Методика проведения практических заня­тий по основам военной службы. 10—11 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Евлахов В. М. Раздаточные материалы по основам безо­пасности жизнедеятельности. 10—11 классы. — М.: Дрофа.

Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щерба­ков В. А. Основы защиты от терроризма: учебное пособие. — М.: Дрофа.

**Справочные пособия**

Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справочник. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при терро­ристических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Мультимедийные издания

Васьков О. А., Каранов В. К., Мирошниченко А. В. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации: ин­терактивное наглядное пособие. — М.: Дрофа.