

Краснодарский край, муниципальное образование город-курорт Анапа
(территориальный, административный округ (город, район, поселок))

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №11 им. С.М. Жолоба
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 30 августа 2021 года протокол №1

Председатель _____ А.Я. Ясюк

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По **Основам Безопасности Жизнедеятельности**

Уровень образования (класс) **среднее общее образование, 10-11 классы**
(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Количество часов: 68 (1 час в неделю в каждой параллели)

Учитель **Изосимин Андрей Владимирович**

Программа разработана на основе программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности», 10 - 11 классов авторы А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, под редакцией А.Т.Смирнова, М.: Просвещение, 2014 год, в соответствии с ФГОС СОО.

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов основного общего образования составлена и реализуется на основе следующих документов:

Закон Министерства образования и науки Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 26.12.2012. №273;

Федеральный компонент государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденный МО РФ от 05.03.2004 №1089;

Программа автора учебно-методического комплекта по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», 5 - 11 класс для учителей общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.: Просвещение, 2012 год;

Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования в 2021 –2022 учебном году;

Основная образовательная программа МБОУ СОШ № 11 им. С.М. Жолоба, утвержденная на заседании педагогического совета 30.08.2021 протокол № 1.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты **следующие цели:**

- углублённое изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;

- расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять экстремистской идеологии и практике.

1. Планируемые результаты освоения курса

Общие учебные умения, навыки и способы деятельности

Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования.

Личностными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются: развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной; формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

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

Предметными результатами обучения ОБЖ в средней школе являются:

1. В познавательной сфере: знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере: умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; умения применять полученные теоретические знания на

практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере: умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере: умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере: знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры: формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

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

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

Современный комплекс проблем безопасности военного характера

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

Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

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

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых

определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.

Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму
Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

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

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. Профилактика наркомании.

Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

Нравственность и здоровье.

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Семья в современном обществе. Браки и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи.

Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.

Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.

Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел 6. Основы обороны государства.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности учащихся.

Вооружённые Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества
История создания Вооружённых Сил России.

Памяти поколений — дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации.

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооружённых Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества.

Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Вооружённые силы Российской Федерации — основа обороны государства.

Основные задачи современных Вооружённых Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

Символы воинской чести.

Боевое знамя воинской части — официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

Ордена — почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Воинская обязанность.

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Организация воинского учёта, основное предназначение воинского учёта.

Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учёт.

Обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основные особенности.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих — специалистов по сходным воинским должностям.

Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначение и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения.

Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе.

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

Раздел 7. Основы военной службы.

Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

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

Организация караульной службы.

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

Строевая подготовка.

Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия.

Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

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

Огневая подготовка.

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

Тактическая подготовка.

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

Особенности военной службы.

Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы.

Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации, устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации, строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества.

Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.

Военнослужащий — патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Военнослужащий — специалист своего дела. Военнослужащий — подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Основные обязанности военнослужащих.

Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.

Порядок вручения Боевого знамени воинской части.

Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства).

Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

Прохождение военной службы по призыву.

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

Прохождение военной службы по контракту.

Особенности военной службы по контракту.

Альтернативная гражданская служба.

Учебные сборы (5 дней, 40 учебных часов)

3. Тематическое планирование

10 класс

| Раздел | Кол-во часов | Темы | Кол-во часов | Основные виды деятельности обучающихся |
|--------------------|--------------|---|--------------|--|
| Основы комплексной | 5 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. | 2 | Знать основные понятия ГО; современные |

| | | | | |
|---|----------|--|-------------------|---|
| <p>безопасности</p> | | <p>Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций</p> <p>Современный комплекс проблем безопасности военного характера</p> | <p>2</p> <p>1</p> | <p>средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;</p> <p>Вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию</p> <p>В любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены</p> <p>Проводить организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени</p> <p>Основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС</p> |
| <p>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> | <p>1</p> | <p>Нормативно- правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> | <p>1</p> | <p>Знать причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения,</p> |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| | | | | <p>различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией,</p> <p>различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения.</p> <p>Действий в опасных и чрезвычайных ситуациях</p> |
| <p>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</p> | 6 | <p>Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства</p> | 2 | <p>Знать общие черты международного терроризма</p> |
| | | <p>Нормативно правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации</p> | 1 | <p>Работать с правовыми документами.</p> |
| | | <p>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</p> | 1 | <p>Назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения</p> |
| | | <p>Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности</p> | 1 | <p>Действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе</p> |
| | | <p>Обеспечение у личной безопасности при угрозе</p> | 1 | <p>Использовать в жизни правила</p> |

| | | террористического акта | | поведения при захвате в заложники или похищении. |
|--|---|--|---|---|
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 3 | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. | 1 | <p>Применять основные понятия, функции и показатели здоровья</p> <p>Использовать признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции.</p> <p>Знать наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.</p> <p>Обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.</p> |
| | | Здоровый образ жизни и его составляющие | 2 | <p>Использовать основные понятия и структуру ЗОЖ.</p> <p>Знать роль питания как составляющей ЗОЖ; влияние двигательной активности на здоровье человека; социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.</p> |
| Основы | 9 | Гражданская оборона | 3 | Действий в опасных |

| | | | | |
|------------------------------|-----------|--|----------------------------|--|
| <p>обороны государства</p> | | <p>— составная часть обороноспособности страны</p> <p>Вооружённые Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества</p> <p>Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации</p> <p>Боевые традиции Вооружённых Сил России</p> | <p>1</p> <p>3</p> <p>2</p> | <p>и чрезвычайных ситуациях</p> <p>Оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях.</p> <p>Определить вид применённого оружия; пользоваться убежищем; подобрать противогаз и пользоваться им.</p> <p>Знать структуру и содержание общевоинских уставов</p> <p>Особенности современных войн и вооружённых конфликтов.</p> <p>Важнейшие положения международного права войны.</p> |
| <p>Основы военной службы</p> | <p>11</p> | <p>Размещение и быт военнослужащих.</p> | <p>1</p> | <p>Ознакомление с понятием и значением психологической готовности к военной службе, способы её формирования.</p> <p>Назначение, условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге</p> <p>Проведение</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда | 1 | суточного наряда |
| | | Организация караульной службы | 1 | Организация караульной службы |
| | | Строевая подготовка | 4 | Знание основ строевой подготовки |
| | | Огневая подготовка | 2 | Основы и участие в огневых мероприятиях |
| | | Тактическая подготовка | 2 | Основы военно- спортивной подготовки |

11 класс

| Раздел | Кол- во часов | Темы | Кол- во часов | Основные виды деятельности обучающихся |
|--|---------------------|--|---------------------|---|
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 10 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 6 | Знакомство с правилами личной гигиены. Связь гигиены и физической культуры |
| | | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний | 4 | Роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём; основные положения законодательства о семье и браке. ведения здорового образа жизни |

| | | | | |
|-----------------------|----|--|---|--|
| Основы военной службы | 24 | Воинская обязанность | 7 | <p>Познакомиться с целями, задачами и составляющими обязательной подготовки граждан к военной службе</p> <p>Структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе</p> <p>Порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.;</p> |
| | | <p>Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет</p> | 3 | <p>Порядок определения годности к военной службе</p> <p>Организации призыва на военную службу.</p> |
| | | Особенности военной службы | 8 | <p>Порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения</p> <p>Особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой</p> |
| | | Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества | 6 | <p>Требования, предъявляемые к офицеру военной службой;</p> <p>требования к воину-специалисту;</p> <p>порядок подготовки по воинским специальностям, подготовки к</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|-----------------------------------|
| | | | | профессиональной деятельности. |
|--|--|--|--|-----------------------------------|

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей _____ МБОУ
СОШ № 11 им.С.М.Жолоба
от _____ 20__ года № 1

подпись руководителя МО
ФИО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
МБОУ СОШ № 11 им.С.М.Жолоба

подпись Ф.И.О.
_____ августа 20__ года