



Фонд новых форм  
развития образования  
PLUS ULTRA | ДАЛЬШЕ ПЕРЕДАМ



<p>ПРИНЯТО</p> <p>Решением методического объединения учителей</p> <p>Протокол от 22.08.2023г. № 1</p>	<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>заместитель директора по УВР</p> <p> / Азаева П.Б./</p> <p>30 августа 2023г.</p> 
---	--

Рабочая программа  
по предмету  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

с использованием оборудования Центра «Точка роста»

для 10 – 11 классов

на 2023 – 2024 учебный год

Преподаватель-организатор ОБЖ  
Булатханов И.А.  
высшая квалификационная категория

с. Дылым, 2023

## Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента Государственного стандарта среднего (полного) общего образования а также на основе положений Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ Президента России от 12 мая 2009 г № 537) и Концепции Федеральной подготовки граждан российской Федерации к военной службе на период до 2020 года (Распоряжение Правительства РФ от 3 февраля 2009 г. № 134-Р), авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2012 г.

В курсе ОБЖ для X—XI классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе», письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 г. № 1133/14-12, приказа Министра Обороны РФ и Министерства образования и науки РФ № 96 /134 от « 24 »февраля 2010 г. в программу курса ОБЖ для обучающихся X—XI классов введен раздел «Основы военной службы».

Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования осуществляются в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами: в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Обучение граждан женского пола начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы осуществляется в добровольном порядке. Снимив это время в обязательном порядке проводятся занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний.

Данная программа сориентирована на изучение основ безопасности с использованием оборудования Центра образования цифровых и гуманитарных профилей «Точка роста».

### Рабочая программа содержит:

Общую характеристику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».  
Описание места предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.

Содержание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классе.

Планируемые результаты освоения учебного курса. Средства контроля и оценки результатов обучения  
Календарно-тематическое планирование с распределением учебной нагрузки по предмету.

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

- в интересах личности и общества от внешних и внутренних угроз;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

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 последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияния 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, перерабатывать и информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и 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 основной школе являются:
- 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.
- 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, вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальных складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  - умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причин их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.
- В коммуникативной сфере:
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.
- В эстетической сфере:
- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.
- В трудовой сфере:
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  - локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  - умения оказывать первую медицинскую помощь.
- 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.
- Средства контроля и оценки результатов обучения
- Формы контроля:
1. Тестовые задания (7-15 мин).
  2. Устный опрос (7-15 мин)
  3. Практическая проверка навыков и умений (до 20 мин)
- Все тестовые задания оцениваются:
- -правильный ответ – 1 балл;
  - -отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов
- Содержание 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 водоемах в различное время года. Безопасный отдых у воды.

Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и не оборудованных 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 компьютера. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные криминогенные ситуации на улице, в транспорте, в

общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности.

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 ее независимости, суверенитета, демократического развития

государства, обеспечение национальной обороны. Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Военный конфликт, вооруженный 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), ее 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 направления террористической и экстремистской деятельности.

Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом 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 ее проведения. Правовой режим контртеррористической операции и. Роль места гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

Значение нравственных позиций и личностных 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 молодежи 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.

Биологически ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия биологических ритмов человека, профилактика аутолечения. 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 наркотиков. 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 ее 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. Брак 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 ее 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 при ранениях.

Понятия 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 области таза, при повреждениях позвоночника, спины. Первая помощь при

остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной 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 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.

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания Вооруженных Сил России. Память поколений –

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

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.

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

Военно-космические силы (ВКС), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-космических 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. Военные округа и соединения ВС РФ.

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

Боевые традиции Вооруженных Сил России.

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

Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.

Основные задачи современных Вооруженных Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных 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, указывающие 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 в военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Организация воинского учета, основное назначение воинского учета.

Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.

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

Обязанности граждан по воинскому учету 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 предназначения и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.  
 Основное предназначение освидетельствования и порядка его проведения.  
 Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к воинской службе.

Календарно-тематический план 10 класса

Дата (план)	Дата (факт)	№ по теме	Тема урока	Кол-во часов	Контроль	Планируемые результаты обучения	Дом. задание
1	2	3	4	5	6	7	8
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства – 14ч.							
Раздел 1. Основы комплексной безопасности – 6ч							
Тема 1: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни» – 3ч							
		1	Практическая подготовка к автономному пребыванию человека в природной среде	1		<b>Знать</b> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них. <b>Уметь</b> называть способы ориентирования на местности	
		2	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	1		<b>Знать</b> Правила дорожного движения. <b>Уметь</b> применять знания на практике.	
		3	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	1	Тест №1	<b>Знать</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Уметь:</b> объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера	
Тема 2: «Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций» – 2ч							
		4	ЧС природного характера и возможные их последствия. Правила поведения населения в условиях ЧС природного характера.	1		<b>Знать</b> потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. <b>Уметь</b> использовать приобретенные знания для развития	

						себекачеств	
		5	ЧС техногенного характера и возможные последствия. Правила поведения населения при ЧС техногенного характера.	1	Тест №2	<b>Знать</b> потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. <b>Уметь</b> использовать приобретенные знания для развития себекачеств.	
Раздел 2: «Защита населения России от ЧС природного и техногенного характера» – 2ч							
		7	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения ЧС.	1		<b>Знать</b> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <b>Уметь</b> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службу экстренной помощи	
		8	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи	1	Контрольный опрос	<b>Знать</b> предназначение, структуру и задачи РСЧС. <b>Уметь</b> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службу экстренной помощи	
Раздел 3: «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ» – 6ч							
Тема 5: «Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства» – 2ч							
		9	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность.	1		<b>Знать</b> факторы способствующие вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность. <b>Уметь</b> определять цели и последствия террористической деятельности.	
		10	Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы направления действия террористической и экстремистской деятельности.	1	Тест №3	<b>Знать</b> проявления экстремизма. <b>Уметь</b> грамотно оценивать поведение других людей	

Тема6:«Нормативно-правоваябаза борьбытерроризмомиэкстремизмомвРФ»-1ч						
		11	ПоложенияКонституцииРФидругихнормативныхактовпопротиводействиюэкстремизму и терроризму.Рольгосударствав обеспечениинациональной безопасностиРФ.	1	Опрос класса	<b>Знать</b> оролигосударствавобеспечении нац.безопасности. <b>Уметь</b> пользоваться положениями КонституцииРФидругими нормативнымиактами.
Тема7:«Духовно-нравственныеосновыпротиводействиятерроризмуиэкстремизму»-1ч						
		12	Значениеи нравственныхпозицийличныхкачествформировани и антитеррористического и антиэкстремистскогоповедения. Культурабезопасностижизнедеятельности–условие формирования антитеррористического поведения.	1	Опрос	<b>Знать</b> означениеи нравственныхпозиций илиличныхкачествах. <b>Уметь</b> формировать антитеррористическое поведение.
Тема8:«Уголовнаяответственностьзаучастиев террористическойиэкстремистскойдеятельности»-1ч						
		13	Уголовнаяответственностьза террористическуюдеятельность. Ответственностьза осуществлениеэкстремистской деятельности.	1	Тест №4	ЗнатьстатьиУКРФза осуществление террористическойи экстремистской деятельности.
Тема9:«Обеспечениеличнойбезопасностиприугрозахтеррористическогоакта». -1ч						
		14	Правилабезопасногоповедения приугрозахтеррористического акта.	1	Опрос	Знатьалгоритмдействийприугрозахтеракте. Уметь грамотновыполнять ПБ.
Модуль2:«Основымедицинскихзнанийиздоровогоображизни»–5ч.						
Раздел4:«Основыздоровогоображизни»–5ч						
Тема10:«Основымедицинскихзнанийипрофилактикаинфекционныхзаболеваний»-2ч						
		15	Сохранениеиукрепление здоровья–важнаячасть подготовкиюношиквоенной службыитрудовойдеятельности.здоровья,важностипрофилактических мероприятийдляздоровогоиммунитета (на базе Центра «Точка роста»)	1		Знатьосновныеопределенияпонятия «здоровье»ифакторы, влияющиена него,оспособахисредствахсохранения
		16	Основныеинфекционные заболевания,ихклассификация и профилактика. (на базе Центра «Точка роста»)	1	Тест№5	<b>Знать</b> основныеопределения понятия«здоровье» ифакторы, влияющиенанего,оспособахисредствахсохранения здоровья, важностипрофилактических мероприятийдляздорового иммунитета. <b>Знать</b> обосновныхп

						<p>ринципах классификации инфекционных заболеваний.</p> <p><b>Уметь</b> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

**Тема 11: «Здоровый образ жизни и его составляющие» - 3ч**

		17	<p>Здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.</p> <p>(на базе Центра «Точка роста»)</p>	1		<p>Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье.</p> <p>Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.</p>	
--	--	----	--	---	--	---	--

		18	<p>Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.</p> <p>(на базе Центра «Точка роста»)</p>	1		<p>Знать основные составляющие здорового образа жизни.</p> <p>Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	
--	--	----	--	---	--	---	--

		19	<p>Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.</p> <p>(на базе Центра «Точка роста»)</p>	1	Тест №6	<p>Знать вредных привычек – факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	
--	--	----	---	---	---------	--	--

**Модуль 3. «Обеспечение военной безопасности государства» – 15ч.**

**Раздел 6: «Основы обороны государства» – 15ч**

**Тема 12. «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны» - 6ч**

		20	<p>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны</p>	1		<p><b>Знать</b> о предназначении гражданской обороны, ее структуре и задачах.</p> <p><b>Уметь</b> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности</p>	
		21	<p>Основные виды оружия и их поражающие факторы.</p>	1		<p><b>Иметь</b> представление о современных</p>	

						<p>средствах поражения их поражающих факторах.</p> <p><b>Уметь</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.</p>	
		22	Оповещение и информирование населения ЧС мирного и военного времени.	1		<p><b>Знать</b> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><b>Уметь</b> действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	
		23	Инженерная защита населения и ЧС мирного и военного времени. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.	1		<p><b>Знать</b> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– действовать в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– использовать средства коллективной защиты</li> </ul>	
		24	Средства индивидуальной защиты. (на базе Центра «Точка роста»)	1		<p><b>Знать</b> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики.</p> <p><b>Уметь</b> владеть навыками использования средствами</p>	
		25	Организация ГО в ООУ	1	Контрольный опрос	<p><b>Знать</b> об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС</p>	
<b>Тема 13: «ВСРФ – защитники нашего Отечества» - 3ч</b>							
		26	История создания ВСРФ.	1		<p>Иметь представление об истории создания Вооруженных Сил России. Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</p>	
		27	Память поколений – дни воинской славы	1		<p><b>Знать</b> о днях воинской славы и о формах</p>	

						увековеченияпамят и. <b>Уметь:</b> – отстаиватьсвоюгражданскую позицию,формироватьсвоимировоззренческиевзгляды;	
		28	СоставВСРФ.Руководствои управлениеВСРФ.	1			
Тема 14: «Виды родов войск ВСРФ»-5ч							
		29	Сухопутныевойска(СВ), их составипредназначение. Вооружениеивоеннаятехника СВ.	1		<b>Иметь</b> представлен иеоСВ. <b>Уметь</b> осуществлять босознанное самоопределениепо отношениюк военнойслужбе.	
		30	Воздушно-космическиесилы (ВКС), ихсостави предназначение,вооружениеи военнаятехникаВКС.	1		<b>Иметь</b> представлен иеоВКС. <b>Уметь</b> осуществлять босознанное самоопределениепо отношениюк военнойслужбе.	
		31	Военно-морскойфлот(ВМФ),его составипредназначение, вооружениеивоеннаятехника Военно-морскогофлота.	1		<b>Иметь</b> представлен иео ВМФ. <b>Уметь</b> осуществлять босознанное самоопределениепо отношениюк военнойслужбе	
		32	Ракетныевойскастратегическо го назначения(РВСН),Воздушно десантныевойска(ВДВ) их составипредназначение,	1		<b>Иметь</b> представлен иеоРВСНи ВДВ. <b>Уметь</b> отстаиватьсвоюгражданскую позицию,формироватьсвои мировоззренческие взгляды	
		33	Военныеокругаи военные соединенияВСРФ.Войскаи воинскиеформирования,не входящиевсоставВСРФ.	1	Тест№8	Знатьсоставипредна значениеВСРФ. Уметьоцениватьуровеньсвоей подготовленностик военнойслужбе Знатьсоставипредна значениеВСРФ. Уметьоцениватьуровеньсвоей подготовленностик военнойслужбе	
Тема 15: «Боевые традиции ВСРФ»-1ч							
		34	Патриотизмиверностьвоинскому долгу–качествазащитника Отечества. Дружбаивойсковоготоварищес тво – основабоевойготовностичасте	1	Тест№9	<b>Иметь</b> представлениеодружбеивойсковом товариществекакосновебоевой подготовленностичастейип	

			й и подразделений.			о подразделений. <b>Уметь</b> использовать приобретенные знания для развития всеобщих духовных физических качеств,	
--	--	--	--------------------	--	--	---	--

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11 КЛАСС.

Полугодие	Примерные сроки	Содержание программы	
1		Основы безопасности личности, общества, государства. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	7 9
2		Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Обеспечение военной безопасности государства	4 13
Итого			33

### КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11 КЛАСС.

Дата (план)	Дата (факт)	№ по теме	Тема урока	Кол-во часов	Контроль	Планируемые результаты обучения	Дом. задания
1	2	3	4	5	6	7	8
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства – 7 ч.							
Раздел 1. Основы комплексной безопасности – 3ч							
Тема 1: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни» – 3ч							
		1	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.	1		<b>Знать</b> о пожарах в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия возникновения пожаров в жилых общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	

						Опрофилактика кепожароввпо вседневной жизни.Особл юдениимерпо жарной безопасности вбыту.Правил а безопасногоп оведенияприп ожарев жиломилиоб щественномз дании. Использовать :полученныез нанияв повседневной жизнидляобес печения личнойбезопа сности.	
		2	Обеспечение личной безопасности наводоёмах.	1		<b>Знать</b> особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованн ых и необорудован ных местах. Безопасный отдых у воды. <b>Уметь</b> применять приобретенн ые навыки и умения в повседневной жизни.	
		3	Обеспечение личной безопасности вразличныхбытовыхсит уациях	1	Тест №1	Знатьопаснос ти,возникающ иепри нарушениипр авилэксплуат ации различныхбы товыхприбор овисистем жизнеобеспеч енияжилища. Безопасноеоб ращениеес электричеств	

						ом, бытовым газами средствами бы товой химии. Меры безопасности при работе с инструментам и	
Тема 2: «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» - 4ч							
		4	Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназна чение, структура и задачи.	1		Основные задачи, состав НАК на сайте www.nak.fsb.r u	
		5	Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.	1	Тест №2	Знать условия контр террористичес кой операции, её п редназначени и условия проведения, с остав группир овки сил средств, вклю чаемых в контртеррори стическую опе рацию. Знать правовой реж им контртерро ристической операции. Око нчание контртеррори стической опе рации. О применении мер физической им лицам в случае отсут ствия при прове рке документов, у достоверяющ их их личность.	
		6	Роль и место гражданской обороны в противодейств ии терроризму.	1		Знать структу ру МЧС и меро приятия, роль гражданс кой обороны в области защиты населе ния от террори зма. Силы ГО, руководство Г О	
		7	Применение и участие ВС РФ в борьбе с терроризмом в вну	1	Тест №2	Знать нормат ивной базы привлече	

			трииза пределами страны.			ния ВСРФ борьбе стерроризмом	
<b>Модуль 2: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»–13ч.</b>							
<b>Раздел 4:«Основы здорового образа жизни»–5ч</b>							
<b>Тема 3:«Нравственность и здоровье».-5ч</b>							
		8	Правила личной гигиены. (на базе Центра «Точка роста»)	1		Знать об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности.	
		9	Нравственный образ жизни. (на базе Центра «Точка роста»)	1		Характеризовать факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения	
		10	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики. (на базе Центра «Точка роста»)	1		Знать об основных правилах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП.	
		11	Понятия ВИЧ – инфекции и СПИДа. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. (на базе Центра «Точка роста»)	1		Знать о путях заражения ВИЧ-инфекцией, о профилактике СПИДа; об ответственности за заражение ВИЧ-инфекцией Использовать приобретенные знания для ведения здорового образа жизни	
		12	Семья в современном обществе.	1		<b>Знать</b> об основах законодательства РФ о семье. Условия и порядок заключения	

						брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей. <b>Использовать</b> приобретенные знания для самовоспитания и качества, необходимых для создания прочной семьи	
Раздел 5: «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» – 8ч							
Тема 4: «Первая помощь при неотложных состояниях» – 8ч							
		13	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (на базе Центра «Точка роста»)	1		<b>Знать</b> правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте. <b>Владеть</b> навыками оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.	
		14	Первая помощь при ранениях. (на базе Центра «Точка роста»)	1	Тест №3	<b>Знать</b> виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правильное наложение жгута и давящей повязки.	
		15	Основные правила оказания первой помощи. (на базе Центра «Точка роста»)	1		<b>Знать</b> виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правильное наложение жгута и давящей повязки.	
		16	Правила остановки артериального кровотечения (на базе Центра «Точка роста»)	1		<b>Знать</b> способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие, наложение	

						нижегугаи жгута– закрутки <b>Владеть</b> навыками оказания первой медицинской помощи при кровотечениях	
		17	Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. Первая помощь при травмах опорнодвигательного аппарата. <i>(на базе Центра «Точка роста»)</i>	1		<b>Знать</b> Целью мобилизации, возможные средства для мобилизации и. Способы переноски пострадавшего <b>Уметь</b> владеет навыками оказания помощи	
		18	Первая помощь при черепно мозговой травме, травме груди, травме живота. <i>(на базе Центра «Точка роста»)</i>	1		<b>Знать</b> причины и признаки, в возможные последствия, ПМП травм головы, груди, живота	
		19	Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. <i>(на базе Центра «Точка роста»)</i>	1		<b>Знать</b> причины и признаки, в возможные последствия, ПМП травм таза, позвоночника, спины. <b>Уметь</b> оказать первую помощь при травмах	
		20	Первая помощь при остановке сердца. <i>(на базе Центра «Точка роста»)</i>	1	Тест №4	<b>Знать</b> о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приемах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. <b>Владеть</b> навыками проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца	

Модуль 3. «Обеспечение военной безопасности государства» – 14ч.

Раздел 6: «Основы обороны государства» – 14ч

Тема 5: «ВС РФ – основа обороны государства» – 2ч

		21	Основные задачи современных ВС РФ.	1		Знать основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в Мире океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств. Основные задачи: по обеспечению военной безопасности; по предупреждению вооруженного нападения; в операциях по поддержанию мира; в внутренних вооруженных конфликтах.	
		22	Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.	1		<b>Знать</b> значения и роли миротворческой деятельности ВС. Нормативно-правовую базу для проведения миротворческой деятельности ВС РФ.	
Тема 6: «Символы воинской чести» – 3ч							
		23	Боевое Знамя воинской чести – символ воинской чести, доблести и славы.	1		<b>Знать</b> что обозначает боевое воинское Знамя воинской чести – особый почетный знак, отличающийся особенностями	

						боевого предназначения, истории и заслуг воинской части	
		24	Ордена почетны награды за воинские отличия и заслуги в бою и в военной службе.	–	1		<b>Знать</b> историю государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством.
		25	Военная форма одежды.		1	Тест №6	<b>Знать</b> особенности формы по видам ВС России.
Тема 7: «Воинская обязанность»-9ч.							
		26	Основные понятия воинской обязанности		1		<b>Знать</b> об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. <b>Использовать</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
		27	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.		1	Опрос	<b>Знать</b> об организации воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету, о первоначальной постановке граждан на воинский учет. <b>Использовать</b> полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе
		28	Обязанности граждан по воинскому учету.		1		<b>Знать</b> основные обязанности граждан по воинскому учету и призывам

						на военную службу и при увольнении с военной службы.	
		29	Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1		<b>Знать</b> о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе <b>Уметь</b> отвечать четко использовать приобретенные знания для развития всеобъемлющих, необходимых для военной службы	
		30	Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям.	1		<b>Знать</b> общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности в должностях связи наблюдения, в односторонних должностях, технические и прочие воинские должности.	
		31	Подготовка граждан по военным специальным специальностям.	1		<b>Знать</b> определенное значение подготовки по военным специальным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военным специальным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданам призываемым на военную службу, прошедшему подготовку по специальным	

						ти.	
		32	Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1		Знать основы направлений добровольной подготовки граждан к военной службе. Использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	
		33	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учет. Профессиональный психологический отбор его предназначение. Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе.	1	Тест №7	Знать основы организации медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учет. Порядок мед. освидетельствования граждан, желающих поступить на учебные военные образовательные учреждения высшего профессионального образования. Использовать полученные знания при первоначальной постановке на воинский учет. Знать основы организации профессионального психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Использовать полученные знания при первоначальной постановке	

**Основная и дополнительная литература.**

1. Альтшулер В. М. Наркомания: дорога бездну: кн. Для учителей и родителей / В. М. Альтшулер, А. В. На деждин. – М.: Просвещение, 2009.
2. Армия государства Российской империи / под редакцией В. В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2007.
3. Байер К. Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
4. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2016.
5. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2016.
6. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 кл.: поурочные разработки / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2016.
7. Большой энциклопедический словарь. – М.: Большая Российская энциклопедия; СПб.: Норинт, 1997.
8. Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М.: Военный университет, 1996.
9. Военный энциклопедический словарь. – М.: Военное издательство, 1998 г.
10. Гражданская защита. Энциклопедия. в 4 т. / под ред. С. К. Шойгу. – М.: Московская типография № 2, 2006.
11. Смирнов А. Т., Мишин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы к учебнику для учителя: М. Просвещение» 2009 г.
12. Заготова С. Н. Валеология учебное пособие: Ростов-на-Дону ООО «Издательство БАРО-ПРЕСС» 2004 г.
13. Петрушин В. И., Петрушина Н. В. Валеология учебное пособие: М. Гардарики 2009 г.
14. Шевченко Г. Н. Основы безопасности жизнедеятельности поурочные планы 6, 7 классы: Волгоград. 2007 г.
15. Нестерова Л. В. Растим здоровых. Методические рекомендации для учителей и студентов педагогических вузов: Иваново 2003 г.
16. Михайлова А. А. Игры и занятия по ОБЖ в детском оздоровительном лагере: Шуя 2003.
17. Сизанов А. Н., Хринтович В. А. Модульный курс профилактики курения 5-11 классы: М. «Просвещение» 2010 г.