Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов»

Рассмотрена и принята
на заседании педагогического
совета
Протокол № 1
от 28 августа 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ СШ 2
_____ Т.В. Иглина
Приказ №47/4 от 31.08.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предметная область Физическая культура, экология, основы безопасности жизнедеятельности

Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности

Класс 10 - 11

ГО Красноуфимск

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Личностные результаты:

- Формирование целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности: национальной обороне, государственной и общественной безопасности.
- Определение направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей.
- Формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.
- Осознание терроризма и экстремизма как социального явления, представляющего серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.
- Формирование нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской деятельности.
- Формирование потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни, выработке устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков.
- Осознание значения семьи в жизни современного общества, принятие ценности семейной жизни для обеспечения личного здоровья и благоприятной демографической ситуации в стране.
- Формирование убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработке умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях.
- Формирование потребности в морально-психологической и физической подготовленности к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях.
- Воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её вооруженным силам.
- Воспитание потребности в правовой подготовке и освоению основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан.
- Уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области Гражданской обороны.

Метапредметные результаты:

- Умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые

угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России.

- Умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной обороны.

- Поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения и минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций.

- Умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.

- Умение логически обоснованно доказать:

— любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания;

— бесцельность террористической деятельности;

— неизбежность наступления наказания за любую террористическую деятельность.

- Умение обосновать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия.

- Умение подобрать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя и наркотиков на здоровье человека и отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников.

- Уметь характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе, и логично обосновать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве.

- Уметь логично обосновать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях.

- Умение осмыслить и понять основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в осуществлении стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны.

- Уметь характеризовать роль и место Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны.

- Уметь доступно изложить содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службы граждан РФ.

- Уметь обосновать необходимость обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими Конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты:

- Сформированность представлений об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях.
- Знание законодательства Российской Федерации и организационных основ по обеспечению защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций, о профилактике чрезвычайных ситуаций и ликвидации их последствий.
- Уяснение содержания рекомендаций населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций для ликвидации их последствий.
- Сформированность общих понятий о терроризме и экстремизме как социальном явлении, представляющем серьёзную угрозу безопасности личности, общества, государств и национальной безопасности России.
- Уяснение основных положений законодательства Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремизму.
- Знание организационных основ системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.
- Сформированность гражданской нравственной позиции негативного отношения к террористической и экстремистской деятельности, а также к асоциальному поведению и другим видам противоправного характера.
- Уяснение последовательности действий для обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта.
- Сформированность понятия о значении здорового образа жизни, современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и экологической культуры для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора.
- Сформированность негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как факторов, оказывающих пагубное влияние на здоровье личности, общества и демографическую ситуацию в государстве.
- Уяснение стратегических целей совершенствования национальной обороны и обеспечения военной безопасности Российской Федерации путём развития и совершенствования военной организации государства.
- Сформированность знаний об основах обороны государства, о военной обязанности граждан, о Вооруженных Силах Российской Федерации, о видах и родах войск Вооруженных Сил РФ, о боевых традициях и символах воинской чести Вооруженных Сил РФ.
- Знание гражданской обороны как составной части обороноспособности страны, её функций и задач по обеспечению защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

- Сформированность морально-психологических и физических качеств и мотивации для успешного прохождения военной службы в современных условиях.
- Знание правовых основ военной службы, статуса военнослужащего, основных положений общевоинских уставов.
- Знание особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, альтернативной гражданской службе и пребывание в запасе.
- Знание основных видов воинской деятельности, о правах, обязанностях и ответственности военнослужащих и граждан, находящихся в запасе.
- Сформированность знаний о размещении и быте военнослужащих, об организации караульной и внутренней служб, о радиационной, химической и биологической защите войск.
- Сформированность умений в выполнении элементов строевой, огневой и тактической подготовок
- Владение основами медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
- Сформированность знаний о здоровом образе жизни и его составляющих, о репродуктивном здоровье и социальной роли женщины в современном мире, об основах семейного права в Российской Федерации, о браке, семье и культуре брачных отношений.

Содержание учебного предмета

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 различное 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 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), её структура и задачи.

Раздел-3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Общие понятия о терроризме и экстремизме.

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 Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил РФ 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 РФ об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс РФ 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 успешно выполнять обязанности в профессиональной деятельности.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Здоровый образ жизни и его составляющие

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

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

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

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидность наркомании. Наркомания — это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью потребления наркотика. Профилактика наркомании. Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об

Нравственность и здоровье.

Формирование правильного взаимоотношения 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. 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 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, разновидность 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-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких.

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. Обязанности учащихся.

Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.

Памяти 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 воска (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 (РВСИ), 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 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 войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Вооруженные силы Российской Федерации — основа обороны государства

Основные задачи современных Вооруженных Сил России.

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, 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 учет, 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 основное предназначение.

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

Подготовка граждан по военно-учетным 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 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. Выполнения 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, развернутый 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 сборка 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 Вооруженных Сил РФ. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ, строевой устав Вооруженных Сил РФ.

Военнослужащий — вооруженный 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 Вооруженных Сил Российской Федерации. Военнослужащий — специалист своего дела. Военнослужащий — подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Основные обязанности военнослужащих.

Ритуалы Вооруженных 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 (35 учебных часов).

Практическое закрепление полученных знаний в области подготовки к военной службе.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел-1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика

Основные кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.

Основные неинфекционные заболевания. Факторы риска их возникновения. Ишемическая болезнь сердца, факторы риска её возникновения.

Первая помощь при травмах и ранениях.

Значение своевременного оказания первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях.

Оказание первой помощи при ранениях, методы остановки кровотечения.

Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах опорно-двигательного аппарата.

Виды повязок и правила их наложения. Основные приёмы транспортной иммобилизации пострадавших и правила их транспортировки.

Первая помощь при отравлениях.

Оказание первой помощи при отравлении лекарственными препаратами, алкоголем и никотином, препаратами бытовой химии.

Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно химически опасными веществами (АХОВ).

Первая помощь при ожогах, отмораживаниях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током.

Правила оказания первой помощи при ожогах, отмораживаниях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током.

Первая помощь при массовых поражениях.

Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений. Медицинские средства защиты и профилактики.

Раздел-2. Основы здорового образа жизни.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Общие понятия о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье.

Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие.

Женская половая система и её функционирование.

Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка.

Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорождённого. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Наркомания, её последствия, профилактика вредных привычек.

Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, меры по их профилактике.

Здоровый образ жизни — неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья.

Стресс и его воздействие на человека. Режим дня, труда и отдыха.

Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека. Рациональное питание и его значение для здоровья.

Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Личная гигиена и здоровье.

Правовые аспекты взаимоотношения полов.

Брак и семья. Культура брачных отношений. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Беременность и уход за младенцем.

Влияние здоровья женщины в период беременности на здоровье будущего ребёнка. Нормы здорового образа жизни, которые желательно соблюдать в период беременности.

Образ жизни матери в первые шесть месяцев жизни ребёнка.

Тематическое планирование 10 класс (1 час в неделю)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1
2.	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1
3.	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1
4.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1
5.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи	1
6.	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1
7.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
8.	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
9.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	1
10.	Организация индивидуальной защиты(самозащиты) населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1
11.	Средства индивидуальной защиты	1
12.	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	1
13.	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении	1
14.	Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1
15.	Инфекционные заболевания, их классификация	1
16.	Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1
17.	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье	1
18.	Основные составляющие здорового образа жизни	1
19.	Биологические ритмы	1
20.	Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	1
21.	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1
22.	Вредные привычки, их влияние на здоровье	1
23.	Профилактика вредных привычек	1
24.	История создания Вооруженных Сил России	1
25.	Создание советских Вооруженных Сил, Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы	1
26.	Организационная структура Вооруженных Сил России	1
27.	Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение	1
28.	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России	1
29.	Другие войска, их состав и предназначение	1
30.	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника	1

	Отечества	
31.	Памяти поколений – дни воинской славы России	1
32.	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1
33.	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1
34.	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
35.	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1

Учебные сборы

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Права, обязанности и ответственность военнослужащих	1
2.	Взаимоотношения между военнослужащими	1
3.	Обязанности солдата(матроса)	1
4.	Размещение военнослужащих	1
5.	Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих	1
6.	Суточный наряд. Обязанности дневального по роте	1
7.	Организация караульной службы. Часовой, обязанности часового	1
8.	Охрана здоровья военнослужащих	1
9.	Основные мероприятия, проводимые в частях и подразделениях по обеспечению безопасности военной службы	1
10.	Строи и управление ими	1
11.	Строевые приемы и движение без оружия	1
12.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	1
13.	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	1
14.	Строи отделения. Развернутый строй, походный строй	1
15.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	1
16.	Устройство стрелкового оружия, основные правила, приемы и способы стрельбы из него	1
17.	Устройство ручных боевых гранат. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами	1
18.	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе	1
19.	Меры безопасности при выполнении учебных стрельб	1
20.	Выполнение стрельбы по неподвижным целям днем	1
21.	Требования в выполнении метания ручных имитационных гранат	1
22.	Современный общевойсковой бой. Обязанности солдата в бою	1
23.	Основные приемы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия	1
24.	Способы передвижения солдата в бою	1
25.	Приемы и правила стрельбы в бою	1

26.	Последовательность инженерного оборудования одиночного окопа	1
27.	Способы ориентирования на местности	1
28.	Гимнастика и атлетическая подготовка	1
29.	Преодоление препятствий	1
30.	Ускоренное передвижение, легкая атлетика	1
31.	Комплексные учебно- тренировочные занятия	1
32.	Тренировка упражнений №1,4,11,41,42,45,46	1
33.	Правила оказания первой помощи при ранениях	1
34.	Правила оказания первой помощи при ожогах, острых отравлениях, обморожении	1
35.	Табельные средства индивидуальной защиты военнослужащих от оружия массового поражения	

Основы медицинских знаний
(для девушек 10 кл.)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1
2.	Репродуктивное здоровье и социально- демографические процессы в России. Инфекции, передаваемые половым путем . СПИД. Меры профилактики	1
3.	Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики. Туберкулез.	1
4.	Первая медицинская помощь при травмах, ранениях и отравлениях	1
5.	Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах	1
6.	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током и при ожогах	1
7.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности	1
8.	Правила личной гигиены и здоровье человека	1

Тематическое планирование. 10 класс (0,5 часа в неделю)

№ урока	**Тема урока**	**Количество часов**
1	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.Законы и другие нормативно - правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Правила безопасного поведения на	1

	железнодорожном транспорте.	
5	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
6	Современные средства поражения, их поражающие факторы,мероприятия по защите населения	1
7	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций,её структура и задачи	1
8	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций	1
9	Инфекционные заболевания,их классификация и профилактика	1
10	Здоровый образ жизни.Факторы,влияющие на здоровье	1
11	История создания Вооруженных Сил России	1
12	Организационная структура Вооруженных Сил России	1
13	Виды Вооруженных Сил, рода войск.История их создания и предназначение	1
14	Памяти поколений- дни воинской славы России	1
15	Боевое знамя воинской части-символ воинской чести,доблести и славы	1
16	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1
		16 часов

11 класс (1 час в неделю)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Правила личной гигиены и здоровье	1
2.	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	1
3.	Семья в современном обществе. Законодательство о семье	1
4.	Основные заболевания, передаваемые половым путем. СПИД. Их признаки и профилактика	1
5.	Первая помощь при кровотечениях	1
6.	Первая помощь при ранениях	1
7.	Первая помощь при травмах	1
8.	Первая помощь при переломах	1
9.	Первая помощь при черепно- мозговой травме и повреждении позвоночника	1
10.	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза	1
11.	Первая помощь при травматическом шоке	1
12.	Понятие о клинической смерти и реанимации	1

13.	Экстренная реанимационная помощь	1
14.	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
15.	Основные понятия о воинской обязанности	1
16.	Организация воинского учета и его предназначение	1
17.	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
18.	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
19.	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет	1
20.	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1
21.	Правовые основы военной службы	1
22.	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – закон воинской жизни	1
23.	Военная присяга- клятва воина на верность Родине	1
24.	Прохождение военной службы по призыву	1
25.	Прохождение военной службы по контракту	1
26.	Альтернативная гражданская служба	1
27.	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих	1
28.	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1
29.	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально- психологическим и профессиональным качествам гражданина	1
30.	Как стать офицером Российской армии	1
31.	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве	1
32.	Международные отличительные знаки, используемые во время международного конфликта	1
33.	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация	1
34.	О морально-этических качествах военнослужащих	1

11 класс (0,5 часов в неделю)

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Правила личной гигиены и здоровье	1
2	Нравственность и здоровье.Формирование правильного взаимоотношения полов.	1
3	Семья в современном обществе.Законодательство о семье.	1
4	Основные заболевания,передаваемые половым путем.СПИД. Их признаки и профилактика.	1
5	Первая помощь при кровотечениях и ранениях	1
6	Первая помощь при травмах и переломах	1
7	Первая помощь причерепно- мозговой травме, повреждении позвоночника,травмах груди,живота и области таза	1

8	Первая помощь при травматическом шоке.Понятие о клинической смерти и реанимации	1
9	Соблюдение правил безопасности на железнодорожном транспорте.	1
10	Основные понятия о воинской обязанности	1
11	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе	1
12	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет	1
13	Правовые основы военной службы	1
14	Военная присяга.Прохождение военной службы по призыву.Особенности военной службы по контракту.Альтернативная гражданская служба.	1
15	Воинские звания военнослужащих ВС РФ.Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих	1
16	Как стать офицером Российской армии	1
17	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве	1
18	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация	1
		18 часов