

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
лицей № 159

РАССМОТРЕНО

на заседании спортивно-эстетической  
кафедры

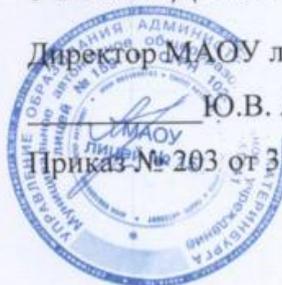
Протокол № 1 от 27 августа 2015 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ лицея № 159

Ю.В. Аничкина

Приказ № 203 от 31 августа 2015 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**ПО ОБЖ**

10-11 класс

Составители:  
Скачков В.П.  
учитель высшей категории

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по ОБЖ для 10-11 класса составлена на базе федерального компонента Государственного общеобразовательного стандарта среднего общего образования на базовом уровне.

Содержание рабочей программы направлено на усвоение учащимися знаний, умений, навыков на базовом уровне, что соответствует образовательной программе МАОУ лицея №159.

Программа соответствует уровню стандарта образования

### **Общая характеристика учебного предмета.**

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

### **Цели и задачи:**

Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих целей:

-освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

-воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и к государственной символике страны; патриотизма и долга по защите Отечества;

-развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

-овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### **Место курса ОБЖ в базисном учебном плане**

В федеральном базисном учебном плане на изучение предмета «ОБЖ» в 10 - 11 классах отводится всего 70 часов, из них в 10классе -35 часа (1ч в неделю); в 11классе -35 часа (1ч в неделю).

### **Результаты обучения**

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки выпускников». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

#### **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
  - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
  - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
  - порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
  - состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
  - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
  - основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
  - требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
  - предназначение, структуру и задачи РСЧС;
  - предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- уметь:
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
  - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической и повседневной жизни для:
- ведения здорового образа жизни;
  - оказания первой медицинской помощи;
  - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для службы;
  - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА**

### **10 класс**

1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.  
Подготовка к проведению турпохода

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий

1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

1.4. Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации (отработка возможных вариантов поведения, предусмотренных планом образовательного учреждения, - укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

1.5. Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

1.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России - Федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Милиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.

Служба скорой медицинской помощи.

Другие государственные службы в области безопасности.

2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

2.1 Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала: «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

2.5. Средства индивидуальной защиты

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучающихся.

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

3.1. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

4. Основы здорового образа жизни

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья.

Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Факторы, разрушающие здоровье.

4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

#### 4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно - сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

### 5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.

#### 5.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации.

Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами.

#### 5.4. Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

### 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России

#### 6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества.

Патриотизм—духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. Памяти поколений — дни воинской славы России.

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

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

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

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

7. Символы воинской чести

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

7.1. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы

Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

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

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

## 11 класс

1. Основы здорового образа жизни.

1.1. Правила личной гигиены и здоровье.

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

1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный, материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

1.4. СПИД и его профилактика.

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД — финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. Роды

## 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия).

Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия).

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия).

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза при повреждении позвоночника.

2.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

2.5. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

## 3. Военская обязанность.

3.1. Основные понятия о воинской обязанности

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. 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. Призыв на военную службу.

3.2. Организация воинского учета и его предназначение.

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

3.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

3.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

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

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

#### 4. Особенности военной службы

##### 4.1. Правовые основы военной службы

Общие обязанности и права военнослужащих.

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни.

Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.

4.3. Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России.

Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

4.4. Прохождение военной службы по призыву.

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проходов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

Военная форма одежды.

4.5. Прохождение военной службы по контракту.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Основные условия прохождения военной службы по контракту.

Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

4.6. Права и ответственность военнослужащих.

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

4.7. Альтернативная гражданская служба.

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил

5.1. Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.

5.2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

5.5. Как стать офицером Российской армии.

Ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 10 КЛАСС

Сроки	Тема	Кол-во часов	Количество практических работ
1 – 5 неделя	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	5	
6 – 13 неделя	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	8	
14– 15 неделя	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2	
16 – 20 неделя	Основы здорового образа жизни	5	
21 – 25 неделя	Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества	5	
26 – 29 неделя	Боевые традиции Вооруженных Сил России	4	
30 – 33 неделя	Символы воинской чести	4	
34 - 35 неделя	Повторение. Основы здорового образа жизни	2	
	Итого	35	

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 КЛАСС

№	Название тем (содержание подтем)	Общее количество часов	Практические работы	Учебная неделя
	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	5		
1	Автономное существование, правила выживания, ориентирование, костер	1		1 неделя
2	Личная безопасность, криминогенные ситуации	1		2 неделя
3	ЧС – природного характера (примеры)	1		3 неделя
4	Безопасное поведение при ЧС техногенного, природного характера	1		4 неделя
5	Природные катаклизмы безопасное поведение, техногенные (виды)	1		5 неделя
	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	8		

6	Военные угрозы национальной безопасности РФ	1		6 неделя
7	Олимпиада (теория по ОБЖ)	1		7 неделя
8	Характер современных войн (терроризм)	1		8 неделя
9	Оповещение и информирование населения об опасностях	1		9 неделя
10	Организация инженерной защиты населения	1		10 неделя
11	Средства индивидуальной защиты	1		11 неделя
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1		12 неделя
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	1		13 неделя
Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний		2		
14	Здоровье человека, общие понятия и определения	1		14 неделя
15	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1		15 неделя
Основы здорового образа жизни		5		
16	Здоровый образ жизни и его составляющие	1		16 неделя
17	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1		17 неделя
18	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1		18 неделя
19	Вредные привычки, их влияние на здоровье.	1		19 неделя
20	Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.	1		20 неделя
Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества		5		
21	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации	1		21 неделя
22	Организационная структура Вооруженных Сил.	1		22 неделя
23	Отдельные рода войск.	1		23 неделя
24	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России	1		24 неделя
25	Другие войска, их состав и предназначение	1		25 неделя
Боевые традиции Вооруженных Сил России		4		
26	Патриотизм и верность воинскому долгу	1		26 неделя
27	Памяти поколений — дни воинской славы России.	1		27 неделя

28	Дружба, войсковое товарищество	1		28 неделя
29	Боевая традиция Российской армии и флота	1		29 неделя
Символы воинской чести		4		
30	Боевое Знамя воинской части	1		30 неделя
31	Ордена	1		31 неделя
32	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	2		32 , 33неделя
33	Повторение. Основы здорового образа жизни	2		34,35 неделя

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 11 КЛАСС

Сроки	Тема	Кол-во часов	Количество практических работ
1 – 5 неделя	Основы здорового образа жизни.	5	
6 – 11 неделя	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	6	
12– 17 неделя	Воинская обязанность.	6	
18 – 25 неделя	Особенности военной службы	7	
26 - 32	Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил	7	
33 - 35 неделя	Повторение. Основы здорового образа жизни.	3	
	Итого	35	

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 11 КЛАСС

№	Название тем (содержание подтем)	Общее количество часов	Практические работы	Учебная неделя
<b>Основы здорового образа жизни.</b>		5		
1	Личная и общественная гигиена	1		1 неделя
2	Взаимоотношения полов,	1		2 неделя

	нравственность и здоровье			
3	Заболевания передаваемые половым путем (ЗППП)	1		3 неделя
4	Семья в современном обществе (гр. брак, отношение)	1		4 неделя
5	Законодательство РФ о семье	1		5 неделя
	<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>	6		
6	Основы медицинских знаний, виды ран	1		6 неделя
7	ПМП при травмах и ранениях	1		7 неделя
8	ОСН и инсульт первая медицинская помощь	1		8 неделя
9	Безопасное поведение водоем дорога	1		9 неделя
10	Первая медицинская помощь при остановке сердца.	2		10,11 неделя
	<b>Воинская обязанность.</b>	6		
11	Основные понятия о воинской обязанности	1		12 неделя
12	Организация воинского учета и его предназначение	1		13 неделя
13	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1		14 неделя
14	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1		15 неделя
15	Категории годности к военной службе	1		16 неделя
16	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1		17 неделя
	<b>Особенности военной службы</b>	8		
17	Правовые основы военной службы	2		18, 19 неделя
18	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	1		20 неделя
19	Военная присяга	1		21 неделя
20	Прохождение военной службы по призыву	1		22 неделя
21	Прохождение военной службы по контракту	1		23 неделя
22	Права и ответственность военнослужащих	1		24 неделя
23	Альтернативная гражданская служба.	1		25 неделя
	<b>Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил</b>	7		
24	Военнослужащий — патриот	1		26 неделя
25	Военнослужащий — специалист	1		27 неделя
26	Требования воинской	1		28 неделя

	деятельности			
27	Военнослужащий — подчиненный	1		29 неделя
28	Как стать офицером Российской армии	1		30 неделя
29	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ	1		31 неделя
30	Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента	1		32 неделя
	Повторение. Основы здорового образа жизни	3		33 - 35неделя

### Критерии оценок

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

Отметку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Учебники (название, автор, издательство, год издания):

Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности, М. Просвещение, под редакцией А.Т.Смирнова.2009г.

Комплект учебников «Основы безопасности жизнедеятельности»

1. С.И. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. - М.: Дрофа, 2007.

2. Комплект таблиц

3. Электронное учебное пособие ОБЖ 5-11кл. – М.: Кирилл и Мефодий, 2003.

Нормативная и правовая литература

Конституция Российской Федерации (последняя редакция)  
Уголовный кодекс Российской Федерации  
Федеральные законы «Об образовании», «О гражданской обороне», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму»  
Оборудование и приборы  
1. Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».  
2. Аптечка первой медицинской помощи, шины, резиновый жгут, бинты.

### ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ

- <http://www.edu.ru> –каталог образовательных интернет-ресурсов;
- <http://www.ege.edu.ru> - портал информационной поддержки единого государственного экзамена;
- <http://www.profile-edu.ru> - сайт по профильному обучению;
- <http://www.auditorium.ru> - Российское образование – сеть порталов
- <http://www.teacher-edu.ru> – научно-методический центр кадрового обеспечения общего образования ФИРО МОН РФ
- <http://www.mon.gov.ru> – сайт министерства образования и науки РФ
- <http://www.apkro.ru> – сайт модернизации общего образования РФ
- <http://www.ed.gov.ru> - сайт Министерства образования РФ
- <http://school.edu.ru> – российский образовательный портал
- <http://www.fio.ru> - Федерация Интернет-образования
- <http://gramota.ru> – Портал по культуре речи
- <http://lit.1september.ru> - Сайт газеты "Первое сентября. Литература" /методические материалы/
- <http://som.fsio.ru> – Сетевое объединение методистов
- <http://rus.1september.ru> - Сайт газеты "Первое сентября. Русский язык" /методические материалы/
- <http://www.km-school.ru> - КМ-школа
- <http://it-n.ru> – Сеть творческих учителей
- <http://www.lib.ru> - Электронная библиотека
- [www.virlib.ru](http://www.virlib.ru) – Виртуальная библиотека
- [www.rvb.ru](http://www.rvb.ru) – Русская виртуальная библиотека
- <http://literpskov.narod.ru> - литература Пскова
- <http://www.kaverin.ru> (библиотека В. Каверина)
- <http://schoollibrary.ioso.ru> (школьная библиотека)
- <http://www.alleng.ru/edu/ruslang1.htm> - Образовательные ресурсы Интернета. Русский язык
- <http://www.pyckoeslovo.ru> - Репетитор по русскому языку
- <http://www.standart.edu.ru> - Новый стандарт общего образования
- <http://school-collection.edu.ru> - единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
- <http://www.academic.ru> - словари и энциклопедии
- [http://www.educom.ru/ru/nasha\\_novaya\\_shkola](http://www.educom.ru/ru/nasha_novaya_shkola)
- Проект «Национальная образовательная инициатива «НАША НОВАЯ ШКОЛА»»
- <http://fsu-expert.ru> – портал по учебникам (Общественно-государственная экспертиза учебников)
- <http://www.ug.ru> - Сайт Учительской газеты
- <http://www.fipi.ru> – сайт Федерального института педагогических измерений
- <http://www.openclass.ru> Открытый класс. Сетевые образовательные сообщества.

