муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №31» г. Белгорода

РАССМОТРЕНО: на заседании ШМО МБОУ СОШ №31 (Протокол № 1 от 29 августа 2019 года)	ПРИНЯТО: на педагогическом совете МБОУ СОШ №31 (Протокол № 1 от 30 августа 2019 года) Председатель педагогического совета _____Е. В. Кайдалова	УТВЕРЖДАЮ: Директор МБОУ СОШ №31 _____ Е. В. Кайдалова (Приказ от 30 августа 2019 года №388).

Рабочая программа по предмету

«Основы безопасности жизнедеятельности»

10-11 класс

(базовый уровень)

Срок реализации программы: 2 года

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основании регионального компонента государственного образовательного стандарта среднего общего образования, установленного законом Белгородской области от 6 октября 2009 г. № 413 «Об установлении регионального компонента государственных образовательных стандартов общего образования в Белгородской области» (с внесенными изменениями от 03.05.2011 года №34, принятыми Белгородской области Думой 28.04.2011 года) и законом Белгородской области от 04 июня 2009 года № 282 «О внесении изменений в закон Белгородской области «Об установлении регионального компонента государственных образовательных стандартов общего образования в Белгородской области».

Рабочая программа по ОБЖ для 10-11 классов разработана на основании следующих нормативных документов:

-федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 09.03.2004 года №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программ общего образования» с последующими изменениями;

-федерального компонента государственного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных компонентов государственных стандартов среднего (полного) общего образования»), с последующими изменениями (приказы Минобрнауки России от 03.08.2008 года №164;от 19.10.2009 года №427);

-постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10» «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

-авторской образовательной программы род общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы/под общей редакцией А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников//Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы/ под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2014).

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее-ОБЖ) для 10-11 классов (далее-Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнова, Б.О. Хренников//Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности

жизнедеятельности. 10-11 классов/под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2014).

На ступени среднего (полного) общего образования учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» преподается на базовом уровнях. Федеральный компонент государственного стандарта основного общего образования (приказ Минобрнауки России от 20.08.2008 года №241) устанавливает обязательное изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне в 10 и 11 классах.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект: школьные учебники для 10 и 11 классов «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение»), для **10-11 класса** Смирнова А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений (А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. редакцией Смирнова А.Т. – М.: Просвещение), включенные в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2014-2015 учебный год, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 253.

Содержание программы направленно на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. В авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11классов общеобразовательных учреждений) были внесены изменения. Рабочая программа была переработана под 35 часов в 10-х классах и под 34 часа в 11-х классах.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для изучения учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора не безопасность личности, общества, государства.

В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» и письмом Министерства общего профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 N 1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10-11 классов введен раздел «Основы военной службы», которой направлен, прежде всего, на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, военно-патриотическое воспитание старшеклассников.

Изучение тем раздела «Основы военной службы» предусмотрено в период изучения только юношами в объеме 1 час в неделю в 10 классе – 23 часа, в 11 классе 9 часов.

Изучение раздела «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю за счет времени федерального компонента.

В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практических навыков в конце учебного года предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса на базе воинской части или на базе школы. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (35 часов учебного времени).

Раздел курса «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен тем в области медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи, здоровья и здорового образа жизни изучается только девушками в объеме 1 часа в неделю в 10 классе – 12 часов, в 11 классе 25 часов.

Цели и задачи программы обучения:

Задача:

1. Формирование у обучаемых цельного представления по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Цели:

1. Усвоение и закрепление учащимися знаниями об ЧС техногенного и социального характера; о их влиянии на личность, общество, государство; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в РФ; о государственной системе обеспечения безопасности.
2. Усвоение учащимися содержания основных положений Конституции РФ и федеральных законов в области обороны и противодействия терроризму.
3. Усвоение учащимися знания о предназначении, основных функциях, и задачах Вооруженных Сил РФ, о государственных и военных символах РФ.
4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.
5. Развивать умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников

Формы занятий, используемые при обучении:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- подготовка индивидуальных рефератов;
- индивидуальные консультации;

- практические занятия

- внеклассная и внешкольная работа (участие в Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», «Допризывной молодежи» и пожарно-прикладным видам соревнований, проведение Дня защиты детей, различных эстафет и викторин по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкомата и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.).

Требования к уровню подготовки учащихся

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать; подготовки юношей для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества.

Учащийся должен:

знать:

- основные правила поведения в повседневной жизни и в условиях ЧС, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в РФ от ЧС природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи
- основы обороны государства и военной службы
- боевые традиции ВС РФ, государственные и военные символы РФ.

уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы ЧС и во время ЧС;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением военной службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из оружия).

Содержание учебного предмета

Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов. Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершенную часть курса, основанную на его методологии и включающую в себя такой объем учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства

Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Модуль включает в себя три раздела.

Раздел I (Р-I). Основы комплексной безопасности.

Раздел II (Р-II). Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Раздел III (Р-III). Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Модуль II (М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь. Модуль включает в себя два раздела.

Раздел IV (Р-IV). Основы здорового образа жизни.

Раздел V (Р-V). Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Модуль III (М-III) Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел VI Основы обороны государства

Раздел VII Основы военной службы

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;
- повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам (при поурочном планировании предмета по годам обучения), а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности (при разработке региональных учебных программ);
- эффективнее использовать межпредметные связи: элементы содержания курса ОБЖ могут быть использованы в других предметах, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на второй и третьей ступенях образования;
- более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам;

- более эффективно организовать систему повышения квалификации и профессиональную подготовку преподавателей-организаторов ОБЖ.

Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации».

Понятийная база и содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов, в том числе:

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2012 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537);
- Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. « 690), а так же на Требованиях к результатам основной образовательной программы основного общего образования, предоставленной в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения.

Содержание учебной программы для учащихся 10 класса

Программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям:

Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Глава 1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Тема 1.1**. Автономное пребывание человека в природной среде**

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

Тема 1.2. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

Тема 1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

Тема 1.4. 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

Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации природного, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно-опасном, на химически-опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера

Тема 3.1. Военные угрозы национальной безопасности России

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного
и техногенного характера.

Глава 4. Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

Тема 4.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации. **Организационные основы** чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

Раздел III Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Глава 5. Экстремизм и терроризм- чрезвычайные опасности для общества и государства

Тема 5.1. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.

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.

Модуль II (М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел IV. Основы здорового образа жизни.

Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

Тема 10.1. 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.

Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие

Тема11.1. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека.
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.

Тема 11.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека
Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Модуль III (М-III). Обеспечение военной безопасности государства

Раздел VI. Основы обороны государства.

Глава 12. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

Тема12.1. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.
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.

Тема 12.2. Ядерное оружие и его поражающие свойства
Ядерное оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы ядерного взрыва.

Тема12.3. Поражающие факторы ядерного взрыва
Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс.

Тема 12.4. Химическое оружие и его боевые свойства.
Химическое оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы
классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Тема 12.5. Классификация отравляющих веществ
Классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Тема 12.6. Бактериологическое (биологическое) оружие.
Бактериологическое (биологическое) оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы, классификация

Тема 12.7. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени
Оповещение и информирование населения о 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.

Тема 12.8. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Инженерная защита населения от 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).

Тема 12.9. Средства индивидуальной защиты

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

Глава 13. Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества

Тема 13.1. 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.

Тема 13.2. Память 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.

Тема 13.3. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

Глава 14. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск

Тема 14.1. Сухопутные войска, их состав и предназначение.

Сухопутные войска. Вооружение и военная техника сухопутных войск**.**

Тема 14.2. Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение.

Военно-воздушные Силы. Вооружение и военная техника ВВС.

Тема 14.3. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение.

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

Тема 14.4. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение.

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

Тема14.5. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Тема 14.6. Космические войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Раздел VII. Основы военной службы

Глава 17. Суточный наряд

Тема 17.1. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.
Общие обязанности лиц суточного наряда. Суточный наряд. Общие положения. Дневальный по роте, общие обязанности дневального по роте. Дежурный по роте. Основные обязанности дежурного по роте.
Глава 18. Организация караульной службы
Тема18.1. Организация караульной службы
Организация караульной службы, общие положения. Часовой, неприкосновенность часового, основные обязанности часового.
Глава 19. Строевая подготовка
Тема 19.1. Строевые приемы и движение без оружия.
Строевая стойка, повороты на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия 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.
Глава 20. Огневая подготовка
Тема 20.1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова
Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка. Смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Меры безопасности при стрельбе.
Тема 20.2. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова
Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.
Тема 20.3. Ручные осколочные гранаты.
Назначение и боевое свойства гранат, устройство ручных осколочных гранат, работа частей и механизмов гранат, приёмы и правила заряжания и метания ручных гранат.
Глава 21. Тактическая подготовка
Тема 21.1. Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания
Тема 21.2. Инженерное оборудование и маскировка позиций.
Инженерное оборудование позиций отделения, минно-взрывные заграждения.

Содержание учебной программы для учащихся 11 классов

Программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям:
Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства.
Раздел I. Основы комплексной безопасности.
Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.
Тема 1.1. Пожарная безопасность.
Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров.
Тема 1.2. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

Тема 1.3. Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года.

Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Модуль II (М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел V. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Глава 4. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Тема 4.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи.

Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи.

Тема 4.2. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой медицинской помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.

Тема 4.3. Первая медицинская помощь при ранениях.

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

Тема 4.4. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.

Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи.

Тема 4.5. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

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

Тема 4.6. Первая медицинская помощь при травмах

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, их профилактика. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, области таза при повреждении позвоночника.

Модуль III (М-III). Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел VI. Основы обороны государства.

Глава 6. Воинская обязанность.

Тема 6.1. 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.

Тема6.2. Организация воинского учета и его предназначение.

Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету.

Тема 6.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение. Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям. Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения, водительские должности, технические и прочие воинские должности.

Тема 6.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Основное направление добровольной подготовки граждан к военной службе. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям. Предназначение подготовки по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности.

Тема 6.5. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

Тема6.6. Порядок прохождение военной службы по призыву. Увольнение с военной службы.

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы.

Раздел VII. Основы военной службы.

Глава 7. Особенности военной службы.

Тема 7.1. Правовые основы военной службы.

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы.

Тема 7.2. Права и ответственность военнослужащих.

Обязанности военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих. Дисциплинарная ответственность. Материальная ответственность военнослужащих. Гражданско-правовая ответственность военнослужащих. Преступления против военной службы.

Тема 7.3. Общевоинские уставы

Общевоинские уставы — это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской

Федерации. Предназначение Устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации.Основное предназначение Устава гарнизонной и караульной служб.Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.Основное предназначение Строевого Устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения

Тема 7.4 Основные обязанности военнослужащих

Основные обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные.

Глава 8. Прохождение военной службы по призыву

Тема 8.1. Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Время военной службы, воинские звания военнослужащих ВС РФ.

Тема 8.2. Прохождение военной службы по контракту

Особенности военной службы по контракту Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.

Тема 8.3. Альтернативная гражданская служба

Значение АГС, сроки прохождения АГС, права и обязанности граждан проходящих гражданскую службу.

Глава 9. Символы воинской чести

Тема 9.1. Боевое знамя воинской части– символ воинской чести, достоинства и славы.

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.

Тема 9.2. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

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

Тема 9.3. Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.Воинские звания военнослужащих.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Тема 9.4. **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.

Содержание учебной программы для учащихся 10 класса по основам медицинских знаний (для девушек)

Тема 1. Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация основных инфекционных болезней человека. Кишечные инфекции, инфекции дыхательных путей, кровяные инфекции, инфекции наружных покровов. Цикличность инфекционных болезней. Инкубационный период. Профилактика инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете и иммунной системе, экстренной и специфической профилактике. Вакцинация и проведение профилактических прививок. Наиболее характерные механизмы передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Тема 2. Основные неинфекционные заболевания, профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний.

Понятие основные неинфекционные заболевания. Заболевания сердечно-сосудистого характера, кишечно-желудочного тракта. Факторы риска. Реанимация и признаки клинической смерти. Сердечная недостаточность. Инсульт, инфаркт миокарда, гипертония, острые отравления, общее замерзание, различные виды шока. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведение непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

Тема 3. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях

Понятие о травме и ранении. Капиллярное и смешанное кровотечение. Правила остановки кровотечения. Асептика и антисептика. Остановка артериального, венозного и капиллярного кровотечения. Правила наложения давящей повязки, жгута, жгута-закрутки. Способы обездвиживания (иммобилизации). Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, при травмах груди, при черепно-мозговой травме, при травмах живота и в области таза, при повреждении позвоночника, спины.

Тема 4. Первая медицинская помощь при отравлениях медикаментами, алкоголем и никотином

Отравления. Яды, пути попадания их в организм и способы удаления. Обезвреживание яда в организме. Самолечение, передозировка или не учет противопоказаний при лечении. Отравление снотворными средствами (барбитуратами). Стадии отравления (интоксикации). Отравления транквилизаторами, противовоспалительными и жаропонижающими средствами. Первая медицинская помощь. Этиловый спирт и его влияние на организм. Клиническая картина опьянения. Первая медицинская помощь. Отравление никотином (алкалоидом). Влияние никотина на организм человека. Первая медицинская помощь.

Тема 5. Первая медицинская помощь при отравлениях препаратами бытовой химии и угарным газом

Органические растворители и первая медицинская помощь при их попадании в организм. Продукты переработки нефти и угля. Ядохимикаты, кислоты, щелочи и

первая медицинская помощь при отравлении ими. Угарный газ и природа его образования. Понятие карбоксигемоглобина. Механизм отравления угарным газом и первая помощь.

Тема 6. Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, при ожогах, при поражении электрическим током

Отморожение, степени отморожения. Первая медицинская помощь. Стадии охлаждения. Тепловой и солнечный удар, их признаки и причины. Первая медицинская помощь. Меры профилактики. Понятие ожога, степени ожогов. Первая медицинская помощь. Воздействие электрического тока на организм. Первая медицинская помощь.

Тема 7. Первая медицинская помощь при массовых поражениях

Понятие массового поражения. Самопомощь. Медицинские средства защиты и профилактики: аптечка индивидуальная (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет (ИПП).

Содержание учебной программы для учащихся 11 классов по основам медицинских знаний (для девушек)

Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни

Общественное, индивидуальное, физическое, духовное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье и благополучие. Здоровый образ жизни и его составляющие. Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и 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. Понятие репродуктивного здоровья.

Социальная роль женщины в современном обществе.

Тема 2. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие.

Особенности женской половой системы. Внутренние половые органы женщины. Физиология половой системы и её нормальное функционирование. Наследственные болезни. Загрязнение атмосферы и её влияние на здоровье человека.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и социальные последствия вредных привычек. 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.

Последствия ранних половых связей. Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП). Венерические болезни. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

Тема 3. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранения репродуктивного здоровья.

Понятие стресса и дистресса. Стадии стресса. Меры и способы борьбы со стрессом.

Биологические ритмы и 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.

Рациональное питание. Типы питательных веществ. Правильное и сбалансированное питание.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих процедур.

Гигиена и правила её соблюдения. Личная гигиена, гигиена кожи, зубов, волос, одежды и обуви.

Тема 4. Правовые аспекты взаимоотношения полов

Семья и брак. Психологический, физический, физиологический, культурный, материальный фактор вступления в брак. Функции семьи. Семейно-брачные отношения и их правовое регулирование. Имущественное регулирование семейных отношений. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Тема 5. Беременность и гигиена беременности

Понятие беременности и родов. Режим труда и отдыха беременной. Рацион и питание в период беременности. Личная гигиена беременной. Уход за младенцем. Режим дня, вскармливание. Влияние на здоровье ребенка поведения матери.

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 10 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М - I	***Основы безопасности личности, общества и государства***	***6***
Р - I	***Основы комплексной безопасности.***	**5**
Глава1	*Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.*	*3*
Глава2	*Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций*	*1*
Глава3	*Современный комплекс проблем безопасности социального характера*	*1*
Р-II	***Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера***.	***1***
Глава4	*Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства*	*1*
М - II	***Основы медицинских знаний и здорового образа жизни***	***3***
Р- IV	***Основы здорового образа жизни.***	***3***
Глава10	*Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний*	*1*
Глава11	*Здоровый образ жизни и его составляющие*	*2*
М-III	***Обеспечение военной безопасности государства***	***23***
Р-VI	***Основы обороны государства.***	***15***
Глава12	*Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны*	*10*
Глава13	*Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества*	*3*
Глава14	*Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск*	*2*
Р-VII	***Основы военной службы***	***8***
Глава17	*Суточный наряд*	*1*
Глава18	*Организация караульной службы*	*1*
Глава19	*Строевая подготовка*	*1*
Глава20	*Огневая подготовка*	*3*
Глава21	*Тактическая подготовка*	*2*
Итого		**35**

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 11 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-I	**Основы безопасности личности, общества и государства**	**4**
Р-I	*Основы комплексной безопасн*ости	**4**
Глава 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
М-II	**Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**	**10**
Р -V	*Основы медицинских знаний и оказание первой помощи*	**10**
Глава 4	Первая помощь при неотложных состояниях.	10

М-III	**Обеспечение военной безопасности государства**	**19**
Р-VI	*Основы обороны государства*	**7**
Глава 6	Воинская обязанность.	7
Р-VII	*Основы военной службы*	**13**
Глава 7	Особенности военной службы.	4
Глава 8	Прохождение военной службы	3
Глава 9	Символы воинской чести	6
Итого		**34**

Тематическое планирование по основам медицинских знаний (для девушек) с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 10 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Коли-чество часов
Р-IV	**Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**	**12**
Тема 1	**Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики**	**2**
1.1	Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Основные кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез, ботулизм). Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулез).	1
1.2	Кровяные инфекции, инфекции наружных покровов.	1
Тема 2	**Основные неинфекционные заболевания, профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний.**	**2**
2.1	Основные неинфекционные заболевания и факторы риска их возникновения.	1
2.2	Ишемическая болезнь сердца и причины её возникновения. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1
Тема 3	**Первая медицинская помощь при травмах и ранениях**	**3**
3.1	Виды кровотечений и методы остановки кровотечения. Виды повязок и общие требования их наложения.	1
3.2	Травматические переломы, правила оказания первой медицинской помощи при переломах.	1
3.3	Практическое занятие. Отработка правил наложения бинтовых повязок на пострадавшего (повязки на голову, на кисть руки, на область локтевого сустава). Отработка приемов транспортной иммобилизации пострадавших.	1
Тема 4	**Первая медицинская помощь при отравлениях медикаментами, алкоголем и никотином**	**1**
4.1	Отравление медикаментами, основные причины, правила	1

	профилактики. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях алкоголем и никотином.	
Тема 5	**Первая медицинская помощь при отравлениях препаратами бытовой химии и угарным газом**	**1**
5.1	Первая медицинская помощь при отравлении растворителями, ядохимикатами, кислотами и щелочами. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом.	1
Тема 6	**Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, при ожогах, при поражении электрическим током**	**2**
6.1	Первая медицинская помощь при отморожении, ожоге и при тепловом или солнечном ударе.	1
6.2	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.	1
Тема 7	**Первая медицинская помощь при массовых поражениях**	**1**
7.1	Причины возникновения массовых поражений людей. Медицинские средства защиты и профилактики.	1
Итого		**12**

Тематическое планирование по основам медицинских знаний (для девушек) с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 11 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Коли-чество часов
Р-III	**Основы здорового образа жизни**	**25**
Тема 1	**Здоровье и здоровый образ жизни**	**4**
1.1	Общие понятия о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье.	1
1.2	Репродуктивное здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека.	1
1.3	Социальная роль женщины.	1
1.4	Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.	1
Тема 2	**Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие.**	**8**
2.1	Женская половая система и её функционирование	1
2.2	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	1
2.3	Влияние окружающей среды на здоровье человека.	1
2.4	Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорожденного	1
2.5	Вредные привычки и их влияние на здоровье. Алкоголь. Табакокурение.	1
2.6	Наркомания и токсикомания.	1
2.7	Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, меры их профилактики.	1
	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе	1
Тема 3	**Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранения репродуктивного здоровья.**	**7**
3.1	Понятие стресса и дистресса. Стадии стресса. Меры и способы борьбы	1

	со стрессом	
3.2	Биологические ритмы и работоспособность человека.	1
3.3	Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека. Рациональное питание и его значение для здоровья.	1
3.4	Влияние двигательной активности на здоровье человека.	1
3.5	Закаливание и его влияние на здоровье	1
3.6	Правила личной гигиены и здоровье человека.	1
3.7	Защита проектов на тему «Здоровая семья – здоровая нация»	1
Тема 4	**Правовые аспекты взаимоотношения полов**	**3**
4.1	Брак и семья. Культура брачных отношений.	1
4.2	Основы семейного права РФ.	1
	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1
Тема 5	**Беременность и уход за младенцем**	**3**
5.1	Беременность и гигиена беременности	1
5.2	Уход за младенцем.	1
5.3	Повторение по разделу «Основы здорового образа жизни»	1
Итого		**25**