

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2
г. ЩИГРЫ КУРСКОЙ ОБЛАСТИ»**

Рассмотрено на заседании
МО учителей ОБЖ,
технологии, физической
культуры протокол от
30.08.2023г. №4

Принято на заседании
педагогического совета
протокол от 31.08.2023г.
№10

Утверждено
приказом МБОУ «СОШ №2 г. Щигры
Курской области» от 31.08.2023г.
№46
Директор школы Жернова О.Ю.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 10-11 классов с использованием
оборудования центра «Точка Роста»
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Латышева Н.И.,
учитель ОБЖ

г. Щигры
2023

Содержание

1. Пояснительная записка..... 3 - 5 стр.
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.. 5 - 17 стр.
3. Содержание учебного предмета, курса.....18 - 26 стр.
4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы..... 27- 37 стр.

1.Пояснительная записка

Программа учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**» среднего общего образования для **10-11 классов** составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (зарегистрирован в Минюсте России 7 июня 2012 г. № 24480) (с изменениями и дополнениями);
- Примерной программы среднего общего образования по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- Федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность;
- Уставом МБОУ «СОШ № 2 г. Щигры Курской области»;
- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «СОШ № 2 г. Щигры Курской области»;
- Школьного учебного плана;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ отдельных учебных предметов, курсов среднего общего образования.

В стратегии национальной безопасности РФ до 2020 года отмечено «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски развития личности, общества и государства. Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности».

Подготовка подрастающего поколения россиян в области жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни.

Цель изучения курса – формирование следующих компетенций:

Общеучебные компетенции

- Интеллектуальные – распознавание вопросов, идей и проблем, которые могут быть исследованы научными методами.
- Информационные – проводить самостоятельный поиск информации из разных источников, находить и выделять информацию, необходимую для нахождения доказательств или подтверждения выводов научного исследования, формировать ответ в понятной для других форме.
- Коммуникативные – демонстрировать коммуникативные умения аргументировано, чётко и ясно, формулировать выводы, доказательства.

Предметно-ориентированные компетенции

- Демонстрировать знание и понимание понятий и знаков ОБЖ.
- Уметь использовать на практике медицинские средства, средства пожаротушения.
- Уметь ориентироваться на местности.
- Уметь разрешать экстремальные ситуации в условиях вынужденной автономии.
- Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для безопасного поведения.

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области

безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства. Рабочая программа представляет собой часть образовательной области ОБЖ и предназначена для учащихся 10-11 классов основной школы. Содержание курса включает теорию и практику здорового образа жизни и защиты человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также теорию и практику оказания первой медицинской помощи.

Главная задача курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

1. Формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
3. Формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации в природных условиях, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Логика и структурирование курса позволяют в полной мере использовать в обучении логические операции мышления: анализ и синтез, сравнение и аналогию, систематизацию и обобщение.

Реализация ранее указанных целей программы достигается в результате освоения тематики программы.

Структурно программа состоит из трех разделов в 10 классе

- Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях
Раздел II. Основы безопасности личности, общества и государства.
Раздел III. Основы военной службы;

И следующих разделов в 11 классе (Первый раздел изучают юноши и девушки совместно в течение 1 четверти, а последующие три раздела изучают девушки, юноши изучают раздел «Основы военной службы»).

у девушек:

- Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.
Раздел II. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие.
Раздел III. Правовые основы взаимоотношения полов.
Раздел IV. Беременность и уход за ребенком.

у юношей:

- Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.
Раздел II. Основы военной службы

Общая характеристика учебного предмета

Курс предназначен для:

- Формирования у учащихся основных понятий об опасных и ЧС в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- Выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- Приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умениях адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Программа представляет собой часть образовательной области ОБЖ и предназначена для обучающихся **10-11 классов** основной школы. Рабочая программа рассчитана на **68 часов**

10 класс – 1 час в неделю, **34 часа** в год;

11 класс – 1 час в неделю, **34 часа** в год

2. Планируемые результаты освоения программы учебного предмета, курса

Личностные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения, составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования), задачи/достижения цели;
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки соответствия с целью деятельности своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать принимая решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

- выделять явление из общего ряда других явлений; определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область.
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм; строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

3. Смысловое чтение.

Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

4. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Обучающийся сможет определять свое отношение к природной среде;

- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

5. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);

- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной нормой;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).

Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
 - выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами
 - естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программноаппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе:
 - вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.
 - использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
 - создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену
 - правила информационной безопасности.

Предметные результаты:

Выпускник научится:

Основы комплексной безопасности

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять
- значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

Основы обороны государства

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;

- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

Правовые основы военной службы

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

Элементы начальной военной подготовки

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;

- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять подготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Выпускник получит возможность научиться:

Основы комплексной безопасности

- Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

- Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

Основы обороны государства

- Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

Элементы начальной военной подготовки

- Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;
- определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;
- выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;
- выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;
- описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;
- выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;
- описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;
- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

Военно-профессиональная деятельность

- Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;
- оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

3. Содержание учебного предмета, курса

Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».

Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

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

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

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

Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и 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 криминальных ситуациях. Наиболее вероятные криминальные ситуации на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной 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 ее независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Военный конфликт, вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

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

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

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

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

Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.

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

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

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

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

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

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

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

Контртеррористическая операция и условия 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 Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

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

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

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

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

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

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

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

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах 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 от употребления наркотиков. Профилактика наркомании.

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

Нравственность и здоровье.

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и 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, разновидности ран. Последовательность оказания первой при ранениях. Понятия об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи.

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

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

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

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

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

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел 6. Основы обороны государства

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

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

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

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

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

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи.

Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

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

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

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания Вооруженных Сил России.

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

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

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

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

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав 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.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

Символы воинской части.

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

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

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Воинская обязанность.

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

Организация воинского учета, основное назначение воинского учета.

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

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

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

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

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

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

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

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

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение 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 порядок 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

Строй и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него

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

Огневая подготовка

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

Тактическая подготовка

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

Особенности военной службы

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

Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации.

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

Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Военнослужащий — вооружённый защитник Отечества

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

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

Основные обязанности военнослужащих.

Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации

Порядок вручения Боевого знамени воинской части.

Порядок приведения к Военной присяге

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

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага РФ

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.

Содержание учебного предмета, курса (девушки 11 класс)

Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часов)

Тема 1. Основы здорового образа жизни (5 ч)

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

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. 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. 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 и несовершеннолетних детей. Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних детей. Права и обязанности детей. Защита государства.

Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи. (8 ч)

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте (практические занятия) Сердечная недостаточность. Основные понятия и определения. Инфаркт. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте.

Первая помощь при ранениях (практические занятия) Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

Первая помощь при травмах (практические занятия) Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травмах груди, живота, позвоночника.

Первая помощь при остановке сердца (практические занятия) Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации.

Раздел II. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие (20 ч.)

Тема 3. Здоровье женщины и ЗОЖ (5 ч)

Общие понятия о здоровье. Индивидуальное здоровье. Общественное здоровье. Физическое здоровье.

Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Рождаемость, смертность, продолжительность жизни.

Социальная роль женщины в современном мире. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья. ЗОЖ- индивидуальная система поведения человека. Факторы, влияющие на здоровье. Привлекательность ЗОЖ.

Тема 4. Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье женщины. (8 ч)

Женские половые органы. Менструация. Физиологические процессы, происходящие при оплодотворении. Беременность и формирование плода. Факторы, способствующие рождению здорового ребенка. К каким специалистам следует обращаться за помощью.

Здоровье родителей и здоровье ребенка. Наследственные, хромосомные, мультифакториальные болезни. Заболевания, при наличии которых противопоказана беременность. Резус-фактор. Важность знания матерью своей резус-принадлежности.

Влияние окружающей среды на здоровье женщины. Основные источники загрязнения атмосферы. Загрязнение вод, воздуха и почв. Радиоактивное загрязнение. Влияние деградации окружающей среды на здоровье человека и его состояние генетического фонда общества. Мутагенез – процесс изменения генов под воздействием среды. Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорожденного. Антимутагены.

Влияние окружающей среды и образа жизни на репродуктивное здоровье женщины. Алкоголь и его влияние на репродуктивное здоровье женщины. Табакокурение и его влияние на организм. Наркотики, токсикомания и их влияние на духовное и физическое здоровье женщины. Основные признаки отравления алкоголем и наркотиками, 1МП при отравлении. Вредные привычки и их влияние на здоровье новорожденного.

Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины, опасность заражения заболеваниями, передаваемыми половым путем.. Нежелательная беременность. Профилактика заражения венерическими заболеваниями и нежелательной беременности. Аборт и его последствия.. Венерические заболевания. Вич-инфекция и СПИД. Меры профилактики СПИДа.

Тема 5. ЗОЖ – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья. (7ч)

Стресс – состояние напряжения, возникающее под влиянием сильных воздействий. Три стадии общего адаптационного синдрома. Двойной хронический стресс – дистресс. Умение преодолевать стресс и решать эмоциональные проблемы.

Режим труда, отдыха, профилактика переутомления. Самоконтроль. Рациональное питание. Питательные вещества. Энергетическая ценность рациона питания. Теория видового и раздельного питания. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Скоростные и силовые качества. Выносливость. Закаливание и его влияние на организм. Способность организма человека приспосабливаться к изменениям в окружающей среде. Методы закаливания.

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

Раздел III. Правовые аспекты взаимоотношения полов. (3 часов)

Тема 6. Основы семейного права в РФ. (3 ч)

Брак и семья. Культура брачных взаимоотношений. Факторы, определяющие взаимоотношения супругов. Основные функции семьи. Уважение личности и личного мнения собеседника, умение ценить решения другого. Дружеские отношения, любовь, близость. Семейный досуг.

Семья в современном обществе, основные функции семьи. Семейный кодекс Российской Федерации, осуществление семейных прав и исполнение семейных обязанностей. Условия и порядок заключения брака. Права и обязанности супругов. Права несовершеннолетних детей. Права и обязанности родителей. Прекращение брака. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Алиментные обязанности детей и родителей. Права несовершеннолетних родителей. Родительские права.

Раздел IV. Беременность и уход за ребенком. (2 часа)

Тема 7. Гигиена беременности и уход за младенцем (2 ч).

Уход за младенцем. Характеристика возрастных периодов детей: грудной, дошкольный, школьный возраст. Обеспечение правильного временного режима младенца: бодрствование, сон, ритм кормления, купание. Ответственное родительство. Зависимость благополучия семьи и молодой женщины от уровня здоровья ее детей

4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ урока п/п	Тема урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
	<u>10 класс</u> (34 часа, 1 час в неделю)	
	РАЗДЕЛ 1. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ (17 часов) Тема1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения (7 ч)	
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе. Ориентирование.	Характеризуют особенности жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в природной среде. Отрабатывают элементы ориентирования на местности с помощью карты и компаса, по местным предметам, солнцу и часам.
2	Личная безопасность в условиях ЧС. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	Расширяют знания о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях. Систематизируют информацию по обеспечению личной безопасности в условиях различных криминогенных ситуаций, вырабатывают правила личной безопасности в повседневной жизни
3	Экстремизм и терроризм. Правила поведения в ситуациях при угрозе террористического акта.	Расширяют и систематизируют знания о правилах поведения при террористическом акте. Формируют последовательность своих действий при угрозе террористического акта для минимизации его последствий
4	Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера и техногенного характера.	Расширяют знания о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях. Изучают рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Формируют системы личного поведения для минимизации последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера
5	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Нормативно правовая база борьбы с терроризмом.	Характеризуют основные нормативно-правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Характеризуют предназначение Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структуру и

		основные задачи. Характеризуют основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации по противодействию терроризму и экстремизму. Характеризуют комплекс мер, принимаемых в Российской Федерации по противодействию терроризму
6	Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и задачи.	Характеризуют предназначение Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структуру и основные задачи. Изучают историю и задачи РСЧС, режимы и функционирование РСЧС, её структуру .
7	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности	Характеризуют основные меры уголовной ответственности за участие в экстремистской и террористической деятельности, предусмотренные Уголовным кодексом Российской Федерации
	ТЕМА 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (10 ч)	
8	Гражданская оборона – основные понятия, определения и задачи.	Характеризуют гражданскую оборону как составную часть обороноспособности страны, её предназначение. Уясняют сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Систематизируют основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время.
9	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие.	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие.
10	Химическое оружие.	Химическое оружие – понятие и его классификация Виды химического оружия и признаки его применения
11	Биологическое оружие. Современные обычные средства поражения.	Биологическое оружие – понятие и виды Признаки применения биологического оружия, его особенности Основные мероприятия по защите от биологического оружия Что понимают под обычными средствами поражения. Высокоточное оружие Боевые снаряжения обычных боеприпасов Зажигательное оружие
12	Оповещение населения об опасностях, возникающие в ЧС мирного и военного времени	Осваивают систему оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях	Выполняют свои обязанности, предусмотренные планом гражданской обороны общеобразовательной организации
14	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного	Классифицируют виды инженерных защитных сооружений по их назначению.

	времени	
15	Средства индивидуальной защиты органов дыхания Средства индивидуальной защиты кожи Медицинские средства индивидуальной защиты	Формируют умения в использовании защитных ситуаций. Используют средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
16	Приборы химической, радиационной разведки и дозиметрического контроля.	Изучают виды ионизирующих излучений и методы обнаружения, единицы измерения уровней и доз радиации Классифицируют дозиметрические приборы. Формируют умения в использовании приборов радиационной и химической разведки, в определении доз контроля и отравляющих веществ. Осваивают допустимые концентрации химических веществ, тактико-технические данные приборов химической разведки, принципы их работы.
17	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	Формируют последовательность своих действий при эвакуации и способов эвакуации. Формируют умения в использовании защитных ситуаций. Используют средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
	РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА (7 ч) Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 ч)	
18	Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего человечества.	Формируют понятие об индивидуальном здоровье человека и общественном здоровье. Формируют убеждение в необходимости соблюдения норм здорового образа жизни для подготовки к военной службе и гражданской профессиональной деятельности.
19	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Основные понятия.	Знакомятся с общей характеристикой основных инфекционных заболеваний и внешними признаками их проявления. Анализируют их возможные последствия. Осваивают рекомендации по профилактике возникновения инфекционных заболеваний. Отрабатывают основные приёмы по оказанию первой помощи
20	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Факторы риска. Методы борьбы.	Знакомятся с общей характеристикой основных неинфекционных заболеваний и внешними признаками их проявления. Анализируют основные причины их возникновения и возможные последствия. Изучают и усваивают рекомендации по профилактике факторов, способствующих возникновению неинфекционных заболеваний. Отрабатывают правила оказания первой помощи при возникновении признаков неинфекционного заболевания
	Тема 4. Основы здорового образа жизни (4 ч)	
21	Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания.	Характеризуют здоровый образ жизни как индивидуальную систему поведения человека. Определяют основные факторы, влияющие на здоровье. Систематизируют основные составляющие здорового образа жизни Анализируют своё поведение в повседневной жизни и оценивают, в какой

		мере оно соответствует нормам здорового образа жизни. Характеризуют правильное питание как составляющую здорового образа жизни. Определяют влияние здорового питания на организм человека.
22	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	Характеризуют биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Формируют убеждение в необходимости постоянного самоконтроля за своим состоянием и умение планировать нагрузку с учётом своих возможностей
23	Значение двигательной активности и закаливания для здоровья человека.	Характеризуют значение двигательной активности и физической культуры для укрепления и сохранения здоровья.
24	Вредные привычки, их влияние на организм человека.	Формируют негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков, другим психоактивным веществам как факторам, оказывающим пагубное влияние на здоровье
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (10 часов) Тема 5. Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества (7 ч)		
25	Родина и ее национальная безопасность	Характеризуют национальные интересы России, военную доктрину Российской Федерации об угрозах национальным интересам России Изучают структуру угроз национальной безопасности России
26	История создания и развития Вооруженных сил России.	Характеризуют основные этапы становления Вооружённых Сил России и их основное предназначение в современных условиях. Формируют убеждение в том, что Вооружённые Силы России всегда будут составлять основу защиты нашего Отечества от военных угроз.
27	Состав Вооруженных сил Российской Федерации. Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Сухопутные войска. ВКС	Характеризуют основные этапы становления Вооружённых Сил России и их основное предназначение в современных условиях. Формируют убеждение в том, что Вооружённые Силы России всегда будут составлять основу защиты нашего Отечества от военных угроз. Формируют чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов – защитников Отечества. Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Характеризуют Сухопутные войска как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их предназначение, состав, технику и вооружение. Характеризуют Воздушно-космические силы как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их предназначение, состав, технику и вооружение.
28	Состав Вооруженных сил Российской Федерации. ВМФ.	Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Характеризуют Военно-морской флот как вид Вооружённых Сил Российской Федерации, их

		предназначение, состав, вооружение и военную технику
29	Состав Вооруженных сил Российской Федерации. РВСН.	Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Характеризуют Ракетные войска стратегического назначения как самостоятельный род войск, их предназначение, вооружение и военную технику.
30	Состав Вооруженных сил Российской Федерации. ВДВ.	Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Характеризуют Воздушно-десантные войска как самостоятельный род войск, их предназначение, вооружение и военную технику.
31	Другие войска, их состав и предназначение	Характеризуют военную организацию государства, её предназначение, состав Вооружённых Сил Российской Федерации, руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Характеризуют другие войска, воинские формирования и органы, привлекаемые к обороне страны
Тема 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 ч)		
32	Патриотизм, верность воинскому долгу – неотъемлемые качества русского воина, основа героизма.	Формируют качества, которыми должен обладать военнослужащий как гражданин Российской Федерации и защитник Отечества. Характеризуют основные черты патриотизма, присущие военнослужащему. Формируют убеждение, что для военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации любовь к Родине должна быть превыше всего.
33	Память поколений – дни воинской славы России. XIII-XVII век	Характеризуют дни воинской славы (победные дни) России. Формируют чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов – защитников Отечества.
34	Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности войск.	Формируют убеждение в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, обеспечивают высокий уровень боеспособности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации

№ урока п/п	Тема урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
	11 класс (34 часа, 1 час в неделю)	
	РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА (9 ч.)	
	Тема 1. Основы здорового образа жизни (5 ч)	
1	Правила личной гигиены и здоровья	Систематизируют знания в области личной гигиены. Формируют убеждение в необходимости соблюдать правила личной гигиены в повседневной жизни. Выработывают привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	Систематизируют знания о нравственности и о роли семьи в современном обществе. Формируют убеждение в ключевой роли семьи для обеспечения благополучной жизни человека.
3	Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.	Характеризуют распространённые инфекции, передающиеся половым путём, и причины заражения ими. Формируют убеждение в том, что для профилактики ИППП необходимо избегать ранних и тем более случайных половых связей.
4	СПИД	Формируют убеждение в том, что для профилактики ИППП необходимо избегать ранних и тем более случайных половых связей. Характеризуют понятия «ВИЧ-инфекция» и «СПИД», причины заражения ВИЧ-инфекцией и меры профилактики.
5	Семья в современном обществе. Законодательство РФ о семье	Формируют убеждение в ключевой роли благополучной семьи для обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства. Уясняют и разбираются в устройстве института семьи, существующего в Российской Федерации в настоящее время.
	Тема 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)	
6	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	Усваивают порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких). Самостоятельно расширяют познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию). Прогнозируют по характерным признакам возникновение инсульта и оказывают первую помощь пострадавшему до прибытия скорой медицинской помощи. Формируют умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.
7	Первая помощь при ранениях	Уясняют значение своевременного оказания первой помощи для снижения тяжести последствий для пострадавшего. Знакомятся с общими

		характеристиками различных травм и ранений и их внешними признаками. Анализируют причины их возникновения и возможные последствия. Осваивают правила оказания первой помощи при различных травмах и ранениях. Формируют умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, ранах, травмах и неотложных состояниях. Узнают виды повязок и правила их наложения. Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, ранениях, переломах. Отрабатывают методы остановки кровотечения.
8	Первая помощь при травмах	Формируют умения в выполнении приёмов иммобилизации повреждённых частей тела и транспортировки пострадавшего. Усваивают основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
9	Первая помощь при остановке сердца	Формируют умения в оказании первой помощи при остановке сердца, проведения сердечно-легочной реанимации. Последовательно выполняют приёмы оказания первой помощи при различных неотложных состояниях.
Раздел 2 ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (25 ч) Тема 3. Военная обязанность (7 ч)		
10	Основные понятия о воинской обязанности	Формируют и объясняют общие понятия о воинской обязанности граждан Российской Федерации и характеризуют её предназначение. Классифицируют составляющие воинской обязанности и раскрывают их содержание.
11	Организация воинского учета и его предназначение	Уясняют свои права и обязанности в области воинского учёта и обязанности подготовки к военной службе.
12	Первоначальная постановка граждан на воинский учет	Уясняют последовательность и порядок первоначальной постановки граждан на воинский учёт.
13	Обязательная подготовка граждан к военной службе	Характеризуют порядок подготовки граждан по военно-учётным специальностям. Уясняют предназначение профессионального психологического отбора, организацию его проведения и порядок определения профессиональной пригодности гражданина к военной службе.
14	Добровольная подготовка граждан к военной службе	Формируют убеждение в добровольной подготовке граждан к военной службе и необходимости целенаправленной индивидуальной подготовки к военной службе.
15	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет	Характеризуют процедуру медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт и определения их пригодности к военной службе.
16	Увольнение с военной службы и пребывание	Характеризуют порядок увольнения с военной службы и пребывание в запасе, предназначение и организацию проведения военных сборов

	в запасе.	
	Тема 4. Особенности военной службы (8 ч)	
17	Правовые основы военной службы	Формируют убеждение в том, что военная служба – это основной вид федеральной государственной службы, которая требует от военнослужащих высокой профессиональной подготовки и особой ответственности за исполнение обязанностей по вооружённой защите Отечества. Анализируют и уясняют смысл нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе. Формируют умения самостоятельно подбирать информацию, способствующую воспитанию убеждений, качества привычек для успешного прохождения военной службы по призыву. Формируют убеждение в необходимости целенаправленной индивидуальной подготовки к военной службе в области физической, психологической и интеллектуальной подготовки
18	Общевоинские уставы Вооруженных Сил – закон воинской жизни	Анализируют содержание общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации и характеризуют их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего.
19	Военная присяга– клятва воина на верность Родине – России	Характеризуют порядок приведения к военной присяге военнослужащих — граждан Российской Федерации. Учат наизусть текст Военной присяги.
20	Призыв на военную службу, время и организация призыва	Уясняют и осознанно выполняют все мероприятия, связанные с призывом на военную службу. Характеризуют организацию призыва на военную службу и порядок определения предназначения призывника и его годности к военной службе.
21	Прохождение военной службы по призыву	Характеризуют документы, необходимые призывнику при явке его на призывную комиссию. Уясняют общие положения прохождения военной службы по призыву Знакомятся в общих чертах с порядком размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, и организацией их быта
22	Прохождения военной службы по контракту	Характеризуют основные особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для военной службы по контракту. Уясняют основные требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту, к состоянию его здоровья, профессионально-психологической пригодности и уровню образования.
23	Права и ответственность военнослужащих	Изучают основные права и обязанности военнослужащего и порядок их реализации с учётом особенностей военной службы. Осваивают общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Характеризуют виды ответственности военнослужащих. Уясняют положение о том, что единоначалие – один из основных принципов строительства Вооружённых

		Сил Российской Федерации
24	Альтернативная гражданская служба	Изучают нормативно-правовые основы и сроки прохождения альтернативной гражданской службы. Характеризуют порядок подачи заявлений на прохождение альтернативной гражданской службы.
	Тема 5 Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России (6 ч)	
25	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	Характеризуют основные виды воинской деятельности и основные особенности воинской деятельности в зависимости от вида Вооружённых Сил, рода войск и воинской должности. Формируют убеждение в том, что вся воинская деятельность имеет целью подготовку каждого военнослужащего, подразделения и части к ведению боевых действий по защите Отечества. Обосновывают значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации. Формулируют основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего
26	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющей оружием и военной техникой	Уясняют и характеризуют общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения.
27	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	Формируют основные направления индивидуальной подготовки к воинской деятельности в области физической, психологической и интеллектуальной подготовленности.
28	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	Характеризуют понятия о чести и достоинстве военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Характеризуют общее предназначение общевойсковых уставов и их роль в организации жизни и быта военнослужащих.
29	Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. Как стать офицером Российской армии.	Формулируют основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам офицера ВС РФ.
30	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации	Изучают и уясняют основные задачи Вооружённых Сил в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и в военное время. Характеризуют нормативно-правовые основы международной (миротворческой) деятельности Вооружённых Сил Российской Федерации Уясняют и грамотно излагают порядок применения Вооружённых Сил Российской Федерации в миротворческой деятельности, в том числе за пределами территории Российской Федерации

Тема 6 Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации (4 ч)		
31	Порядок вручения Боевого знамени воинской части.	Характеризуют общие положения о порядке вручения Боевого знамени воинской части.
32	Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.	Характеризуют порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.
33	Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации	Характеризуют общие положения ритуала подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации
34	Обобщение по теме «Основы военной службы»	Анализируют и обобщают знания, полученные при изучении основ военной службы

№ урока п/п	Тема урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
<u>11 класс (34 часа, 1 час в неделю) для девушек</u>		
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА (9 ч.)		
Тема 1. Основы здорового образа жизни (5 ч)		
1	Правила личной гигиены и здоровья	Систематизируют знания в области личной гигиены. Формируют убеждение в необходимости соблюдать правила личной гигиены в повседневной жизни. Выработывают привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	Систематизируют знания о нравственности и о роли семьи в современном обществе. Формируют убеждение в ключевой роли семьи для обеспечения благополучной жизни человека.
3	Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.	Характеризуют распространённые инфекции, передающиеся половым путём, и причины заражения ими. Формируют убеждение в том, что для профилактики ИППП необходимо избегать ранних и тем более случайных половых связей.
4	СПИД	Формируют убеждение в том, что для профилактики ИППП необходимо избегать ранних и тем более случайных половых связей. Характеризуют понятия «ВИЧ-инфекция» и «СПИД», причины заражения ВИЧ-инфекцией и меры профилактики.
5	Семья в современном обществе. Законодательство РФ о семье	Формируют убеждение в ключевой роли благополучной семьи для обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства. Уясняют и разбираются в устройстве института

		семьи, существующего в Российской Федерации в настоящее время
	Тема 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)	
6	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	Усваивают порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких). Самостоятельно расширяют познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию). Прогнозируют по характерным признакам возникновение инсульта и оказывают первую помощь пострадавшему до прибытия скорой медицинской помощи. Формируют умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.
7	Первая помощь при ранениях	Уясняют значение своевременного оказания первой помощи для снижения тяжести последствий для пострадавшего. Знакомятся с общими характеристиками различных травм и ранений и их внешними признаками. Анализируют причины их возникновения и возможные последствия. Осваивают правила оказания первой помощи при различных травмах и ранениях. Формируют умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, ранах, травмах и неотложных состояниях. Узнают виды повязок и правила их наложения. Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, ранениях, переломах. Отрабатывают методы остановки кровотечения.
8	Первая помощь при травмах	Формируют умения в выполнении приёмов иммобилизации повреждённых частей тела и транспортировки пострадавшего. Усваивают основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
9	Первая помощь при остановке сердца	Формируют умения в оказании первой помощи при остановке сердца, проведения сердечно-легочной реанимации. Последовательно выполняют приёмы оказания первой помощи при различных неотложных состояниях.
	РАЗДЕЛ 2. РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИНЫ И ФАКТОРЫ, НА НЕГО ВЛИЯЮЩИЕ (20 ч)	
	Тема 3. Здоровье женщины и ЗОЖ (5 ч)	
10	Общие понятия о здоровье	Расширяют общие понятия о здоровье человека и общества. Формируют понимание здоровья как полного духовного, физического и социального благополучия.
11	Общие понятия о здоровье	Анализируют факторы, оказывающие влияние на здоровье человека. Уясняют и характеризуют отрицательное влияние ряда внешних факторов и вредных привычек на здоровье человека.
12	Репродуктивное здоровье и социально-	Уясняют и характеризуют репродуктивное здоровье человека как основную

	демографические процессы в России	составляющую здоровья личности и общества. Анализируют социально-демографические процессы, происходящие в Российской Федерации, и формируют понимание взаимосвязи репродуктивного здоровья личности и демографической безопасности государства.
13	Социальная роль женщины в современном обществе	Анализируют социальную роль женщины в современном обществе, ее духовную привлекательность, высокую нравственность, участие в общественной жизни, создание прочной семьи.
14	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	Анализируют основные положения о здоровом образе жизни. Формируют мотивацию в необходимости соблюдения норм здорового образа жизни во всех жизненных ситуациях
Тема 4. Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье женщины (8 ч)		
15	Женская половая система и ее функционирование	Уясняют и характеризуют особенности женской половой системы. Изучают и анализируют особенности физиологии половой системы женщины и характеризуют её нормальное функционирование. Изучают и систематизируют меры безопасного поведения и формируют индивидуальный образ поведения, обеспечивающий профилактику факторов риска, пагубно влияющих на репродуктивное здоровье женщины.
16	Здоровье родителей и здоровье ребенка	Изучают и обобщают различные факторы, которые влияют на здоровье родителей и которые могут оказать отрицательное воздействие на здоровье будущего ребёнка. Проектируют индивидуальный образ жизни, который будет способствовать созданию условий для рождения здорового ребёнка
17	Влияние окружающей среды на здоровье будущего ребенка	Изучают и обобщают основные факторы риска окружающей среды в регионе проживания, которые могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье беременной женщины и на развитие плода.
18	Влияние окружающей среды на здоровье будущего ребенка	Изучают и обобщают основные факторы риска окружающей среды в регионе проживания, которые могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье беременной женщины и на развитие плода.
19	Вредные привычки и их влияние на здоровье	Изучают и анализируют пагубные последствия для репродуктивного здоровья женщины: её пристрастие к курению, употребление алкоголя, наркотиков и раннее вступление в половую связь.
20	Вредные привычки и их влияние на здоровье	Изучают и анализируют пагубные последствия для репродуктивного здоровья женщины: её пристрастие к курению, употребление алкоголя, наркотиков и раннее вступление в половую связь.
21	Ранние половые связи и их последствия для здоровья	Проектируют индивидуальный образ жизни, который будет способствовать созданию условий для рождения здорового ребёнка. Изучают и систематизируют меры, принимаемые в обществе и государстве для снижения факторов риска рождения ребёнка с врождёнными отклонениями.

22	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики	Знакомятся с общей характеристикой основных инфекционных заболеваний и внешними признаками их проявления. Анализируют их возможные последствия. Осваивают рекомендации по профилактике возникновения инфекционных заболеваний. Отрабатывают основные приёмы по оказанию первой помощи.
Тема 5. Здоровый образ жизни - неотъемлемая часть сохранения репродуктивного здоровья. (7 ч)		
23	Стресс и его воздействие на человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для человека	Уясняют и характеризуют значение здорового образа жизни для охраны и укрепления репродуктивного здоровья женщины. Выделяют основные составляющие здорового образа жизни, способствующие сохранению и укреплению репродуктивного здоровья. Анализируют значение психической уравновешенности человека и формируют индивидуальную систему профилактики стрессовых ситуаций.
24	Режим дня, труда и отдыха	Анализируют и обосновывают значение рационального режима труда и отдыха в повседневной жизни и формируют индивидуальный режим труда и отдыха, который будет способствовать обеспечению наиболее благоприятных условий жизнедеятельности.
25	Рациональное питание, его значение для здоровья	Анализируют и характеризуют основные виды питательных веществ. Формируют индивидуальный подход к системе рационального питания с учётом индивидуальных потребностей и возможностей
26	Рациональное питание, его значение для здоровья	Анализируют и характеризуют основные виды питательных веществ. Формируют индивидуальный подход к системе рационального питания с учётом индивидуальных потребностей и возможностей
27	Влияние двигательной активности на здоровье человека	Анализируют и расширяют свои познания в области физической культуры.. Формируют индивидуальную систему физических упражнений, которые будут способствовать сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.
28	Закаливание и его влияние на здоровье человека	Анализируют и расширяют свои познания в области закаливания организма. Формируют индивидуальную систему закаливающих процедур, которые будут способствовать сохранению и укреплению репродуктивного здоровья.
29	Правила личной гигиены и здоровье человека	Уясняют и обосновывают значение соблюдения норм личной гигиены в повседневной жизни для сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Формируют индивидуальную систему соблюдения норм личной гигиены с учётом экологических особенностей в местах проживания
РАЗДЕЛ 3. ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЛОВ (3 ч)		
Тема 6. Основы семейного права в РФ (3 ч)		
30	Брак и семья. Культура личных отношений	Углубляют и расширяют свои познания в вопросах формирования нравственных взаимоотношений полов, объясняют их значение в формировании благополучной семьи и в обеспечении демографической

		безопасности государства. Анализируют и характеризуют значение семьи в современном обществе. Изучают и осваивают основные функции семьи, их значение по сохранению и укреплению здоровья человека и общества и поддержанию устойчивой системы воспроизводства населения страны. Характеризуют брак как союз мужчины и женщины, порождающий их права и обязанности по отношению друг к другу, к детям и обществу. Анализируют и обобщают ряд основных факторов, определяющих влияние на взаимоотношение супругов. Проектируют индивидуальную систему поведения для формирования личных качеств, присущих хорошему семьянину, которые будут способствовать созданию благополучных семейных отношений..
31	Основы семейного права в РФ	Уясняют и характеризуют основные положения семейного права в Российской Федерации и основные направления деятельности государства по укреплению семьи и обеспечению демографической безопасности
32	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»	Изучают и осваивают основные права и обязанности родителей, объясняют их значение для воспитания детей и обеспечения безопасности их здоровья.
РАЗДЕЛ 4. БЕРЕМЕННОСТЬ И УХОД ЗА РЕБЕНКОМ (2 ч)		
33	Беременность и гигиена беременности	Уясняют особенности физиологических процессов, происходящих в организме женщины в период беременности. Знакомятся с основными положениями по организации режима труда и отдыха беременной женщины. Изучают рекомендации по организации рационального питания беременной женщины, которое будет обеспечивать правильное развитие плода и не повредит здоровью женщины. Формируют убеждение в необходимости соблюдать во время беременности нормы здорового образа жизни и следовать советам по правилам поведения, полученным в женской консультации.
34	Уход за младенцем	Знакомятся с основными правилами ухода за младенцем. Анализируют и характеризуют условия, которые необходимо создать в семье после рождения ребёнка. Изучают и характеризуют влияние поведения матери на развитие ребёнка. Изучают наиболее рациональный режим дня ребёнка в первые месяцы его жизни.

