

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Бондарская средняя общеобразовательная школа

Принята методическим советом  
(Протокол от 31.08.2017 №1)  
Утверждена О.Н. Соломатина  
(Приказ от 31.08.2017 № 260)

**Рабочая программа  
по основам безопасности жизнедеятельности  
среднего общего образования  
на 2017-2019 г.**

# **Рабочая программа среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности Базовый уровень**

## **Пояснительная записка**

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах направлено на достижение следующих целей:

- **освоение** обучающимися знаний о безопасности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма;
- **формирование** умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных ситуациях.

Изучение тематики данной рабочей программы направлено на решение следующих задач:

- **выработку** умений анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе террористического акта;
- **формирование** у учащихся своей жизненной позиции в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- **формирование** физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации.

Реализация указанных целей и задач обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные обучающимися в основной общеобразовательной школе, способствует формированию у них цельного представления о безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, поможет определить направление самостоятельной подготовки к выбранной профессиональной деятельности.

### **Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 марта 2004 года № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования» (с изменениями и дополнениями);

Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего, среднего(полного) общего образования»;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 10 ноября 2011 г. № 2643 «О внесении изменений в Федеральный компонент государственных образовательных

стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Министерства образования РФ от 5 марта 2004 г. № 10899».

Закон Тамбовской области от 04.06.2007 № 212-3 «О региональном компоненте государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего(полного) общего образования Тамбовской области»;

Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ, учебных курсов, предметов, дисциплин(модулей) в МБОУ Бондарской СОШ.

### **Сведения о программе**

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 10-11 классов предназначена для обеспечения базового уровня подготовки обучающихся в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования с учетом перспектив развития содержания образования в области безопасности жизнедеятельности. Основой программы послужила программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» 2006 года, подготовленная авторским коллективом под редакцией А. Т. Смирнова.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает конкретное распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, для проведения учебных сборов, военно-профессиональной ориентации и военно-патриотического воспитания.

Структурно в программе представлены четыре раздела.

**Раздел 1.** «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых, в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

**Раздел 2.** «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи.

**Раздел 3.** «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе и основы ее безопасности.

**Раздел 4.** «Современный комплекс проблем безопасности» предназначен для формирования знаний проблем безопасности новой эпохи.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности рассчитана на 105 учебных часов (из них 35 часов на учебные сборы). Для реализации программы на ее изучение отводится по одному часу в неделю в 10-х и 11-х классах. В программе предусмотрено совместное изучение учебного материала юношами и девушками.

### **Обоснование выбора программы**

Программа по основам безопасности жизнедеятельности среднего (полного) общего образования предназначена для углубленного изучения учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

### **Информация о внесенных изменениях в рабочую программу и их обоснование**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» под общей редакцией А. Т. Смирнова. Для формирования у учащихся культуры безопасного поведения на дороге в программу внесен раздел «Правила и безопасность дорожного движения».

#### **Определение места и роли учебного курса в овладении учащимися знаний**

Реализация программы позволит сформировать у учащихся цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности. Реализация программы поможет также определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и потребностей.

#### **Информация о количестве учебных часов**

№ п/п	Класс	Предмет	Инвариантная часть	Вариативная часть	Всего
1	10	ОБЖ	1	-	1
2	11	ОБЖ	1	-	1

Количество учебных часов определяется из расчета 35 учебных недель. Ввиду того, что годовой календарный учебный график может составлять 34-35 учебных недель, то уроки последней 35 недели учебного года отводятся на итоговое повторение.

#### **Количество часов для проведения контрольных, лабораторных, практических работ, экскурсий**

№ п/п	Класс	Количество контрольных работ	Количество лабораторных работ	Количество проектов
1	10	4	-	-
2	11	4	-	-

#### **Формы организации образовательного процесса**

Урок;  
 Групповая работа;  
 Индивидуальная работа;  
 Практические занятия;  
 Самостоятельная работа.

#### **Технологии обучения**

Для реализации целей, задач содержания рабочей программы по основам безопасности жизнедеятельности используются следующие технологии:  
 игровые технологии;  
 технологии уровневой дифференциации;  
 технологии развивающего обучения;  
 технология педагогики сотрудничества;  
 здоровьесберегающие технологии;  
 ИКТ.

#### **Механизм формирования ключевых компетенций**

Данная программа предусматривает формирование у учащихся ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе среднего (полного) общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии;
- умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации.

#### **Виды и формы контроля**

Программа предусматривает следующие формы и виды контроля: устный и письменный, фронтальный и индивидуальный; текущий (на каждом занятии), промежуточный (почетвертной), итоговый (осуществляется в конце года); тестирование, опрос, контрольные работы, проверочные работы, творческие работы, рефераты и доклады.

#### **Информация об используемых учебниках**

Учебники ОБЖ для 10-х, 11-х классов под редакцией Ю. Л. Воробьева, Москва, издательство «Астрель», 2012 год.

### **Обязательный минимум содержания образовательной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» (10 класс)**

#### **Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (21 час)**

##### **Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила безопасного поведения (11 часов)**

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Практическое занятие. Разбор наиболее возможных причин попадания в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

Практическое занятие. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добывание огня.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Терроризм и его проявление (понятие, виды и меры безопасности)

Уголовная ответственность несовершеннолетних. Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных в Тамбовской области. Практическое

занятие. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Правила и безопасность дорожного движения. Виды и причины ДТП. Правила поведения при ДТП. Организация дорожного движения. Скорость и дистанция. Расположение транспортных средств на проезжей части.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Законы и другие нормативно-правовые акты РФ в области безопасности. Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан. Контрольная работа.

### **Требования к уровню подготовки по теме.**

#### **Знать/понимать:**

- правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях;
- способы ориентирования на местности;
- правила поведения в ситуациях криминогенного характера;
- определение понятия «терроризм» и его проявление;
- особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;
- основы российского законодательства в области безопасности;
- правила и безопасность дорожного движения.

#### **Уметь:**

- ориентироваться на местности различными способами;
- применять элементарные способы защиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- соблюдать правила безопасного поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения;
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях.

### **Тема 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (10 часов)**

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

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

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва и защита населения. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие, поражающие свойства. Современные обычные средства поражения и их поражающие факторы.

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

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Практическое занятие. Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

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

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План ГО общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся. Контрольная работа.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- основные понятия и определения, задачи и предназначение гражданской обороны;
- современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени;
- организацию инженерной защиты населения, защитные организации ГО;
- средства индивидуальной защиты;
- организацию ГО в общеобразовательных учреждениях.

##### **Уметь:**

- показать порядок использования средств индивидуальной защиты, рассказать о предназначении и задачах организации ГО;
- соблюдать правила поведения в защитных сооружениях;
- владеть способами защиты населения от ЧС природного и техногенного характера.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часов)**

### **Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (4 часа)**

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки человека к профессиональной деятельности. Здоровье человека и способы его укрепления. Сохранение здоровья. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

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

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- определение понятия «инфекционные заболевания», причины их возникновения, механизмы передачи инфекций;
- профилактику наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

**Уметь:**

- оценивать свой уровень здоровья;
- распознавать инфекционные заболевания;
- выполнять профилактические действия при распространении инфекции.

**Тема 4. Основы здорового образа жизни (5 часов)**

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека. Основные элементы жизнедеятельности человека.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Основные понятия о биологических ритмах организмах. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека.

Двигательная активность и ее преимущества. Физическая культура и ее положительное влияние на здоровье человека.

Рациональное питание и его значение в сохранении и укреплении здоровья человека. Влияние рационального питания на организм человека.

Значение режима труда и отдыха для здоровья человека. Режим труда. Утомление. Профилактика утомления. Отдых. Значение режима труда и отдыха для здоровья человека.

Закаливание и его влияние на организм человека. Закаливание. Способы закаливания. Закаливание солнцем, воздухом и водой. Влияние закаливания на организм человека. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Контрольная работа.

**Требования к уровню подготовки по теме.****Знать/понимать:**

- определение понятия «здоровый образ жизни»;
- общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека;
- биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека;
- значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека;
- влияние рационального питания на организм человека;
- закаливание и его влияние на организм человека;
- вредные привычки, их влияние на здоровье человека.

**Уметь:**

- вести здоровый образ жизни;
- составлять режим труда и отдыха;
- соблюдать правила рационального питания;
- объяснить профилактику вредных привычек.

**Раздел III. Основы военной службы. Тема 5. Основные понятия о воинской обязанности (4 часа).**

Воинский учет и его предназначение. Организация воинского учета и ее особенности. Осуществление воинского учета. Документы по воинскому учету. Первоначальная



постановка граждан на воинский учет. Комиссия по постановке граждан на воинский учет, ее обязанности и права. Медицинское освидетельствование.

Альтернативная гражданская служба. Общие понятия и определения. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для различных категорий граждан. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Контрольная служба.

**Повторение ( 1 час).**

**Требования к уровню подготовки по теме.**

**Знать/понимать:**

- организацию воинского учета и его особенности;
- общие сведения о воинской обязанности;
- общие понятия и определения альтернативной гражданской службы.

**Уметь:**

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- соблюдать обязанности по воинскому учету.

#### **Раздел IV. Основы военной службы. Тема 6. Основы подготовки граждан к военной службе (мероприятия по военно-профессиональной ориентации – 35 часов)**

Начальная военная подготовка в войсках. Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями и правилами безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

Размещение и быт военнослужащих. Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр, вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

Организация караульной и внутренней службы. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

Организация караульной службы. Обязанности часового. Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов.

Строевая подготовка. Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строи отделения и взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Огневая подготовка. Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе, правила стрельбы и ведения огня. Меры безопасности. Практическая стрельба.

Тактическая подготовка. Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

Физическая подготовка. Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей. Полоса препятствий, кросс по пересеченной местности 1-3 км, силовые упражнения.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- историю Вооруженных Сил РФ;
- состав и предназначение Вооруженных Сил РФ;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые возможности автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранение и сбережение;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;
- основные способы передвижения солдата в бою;
- общие требования к безопасности военной службы;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебной стрельбы.

##### **Уметь:**

- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся в 10-м классе**

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен**

##### **Знать/понимать**

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи ГО;
- историю Вооруженных Сил РФ и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил РФ;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранение и сбережение;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы РФ;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;

- общие требования к безопасности военной службы;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебной стрельбы;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения ГО и правила их использования.

### **Уметь**

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья;
- владеть способами защиты населения от ЧС природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- обращаться с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;

### **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

### **Учебно-тематический план**

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>1</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>	<b>21</b>	
1	Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни, правила безопасного поведения. Практические занятия. Контрольная работа. Правила и безопасность дорожного движения.		4 3 1 3
1.1	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.		8

	Практическое занятие. Контрольная работа.		1 1
<b>2</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>9</b>	
2.1	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Контрольная работа.		3 1
2.2	Основы здорового образа жизни.		5
<b>3</b>	<b>Основы военной службы</b> <b>Повторение</b>	<b>4</b> <b>1</b>	
3.1	Основные понятия о воинской обязанности. Контрольная работа.		3 1
<b>4</b>	<b>Основы военной службы (практические занятия на базе</b> <b>воинской части во внеурочное время)</b>	<b>35</b>	
4.1	Основы подготовки граждан к военной службе.		35
	<b>Всего часов</b>		<b>35+35</b>

# **Обязательный минимум содержания образовательной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» (11 класс)**

## **Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)**

### **Тема 1. Основы здорового образа жизни (6 часов)**

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

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее 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 путем. 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, краткая характеристика и пути заражения. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Психологическое состояние человека и причины самоубийств. 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.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- общие понятия и определения гигиены и личной гигиены;
- правила личной гигиены;
- определение понятия «нравственность» и «здоровье»;
- формирование правильного взаимоотношения полов;
- болезни, передаваемые половым путем и меры профилактики;
- психологические состояния человека и причины самоубийств;
- определение понятия «семья»;
- основы законодательства о семье.

##### **Уметь:**

- кратко изложить основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- дать оценку влиянию соблюдения правил личной гигиены;
- изложить основы семейного права в РФ, определяющие правовые взаимоотношения полов;
- перечислить основные меры профилактики болезней, передаваемых половым путем;
- перечислить основные функции семьи в современном обществе.

### **Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (4 часа)**

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

Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Первая медицинская помощь при травмах (практическое занятие). Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, черепно-мозговой травме, травмах груди, живота, позвоночника.

Первая медицинская помощь при остановке сердца (практическое занятие).  
Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Практические занятия и контрольные работы.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- основные понятия и определения сердечной недостаточности, инсульта;
- основы первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте;
- виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи;
- определение понятия «клиническая смерть»;
- правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

##### **Уметь:**

- показать порядок оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности, обмороке;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах опорно-двигательного аппарата;
- перечислить последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

## **Раздел II. Основы военной службы (17 часов)**

### **Тема 3. Военная обязанность (6 часов)**

Военная обязанность, определение военной обязанности и ее содержания. Военный учет, обязательная подготовка к военной службе.

Профессионально-психологический отбор в Вооруженных Силах РФ.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.)

Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе.

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов. Контрольная работа.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- основные сведения о военной обязанности;
- предназначение и содержание воинского учета;
- содержание обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе;
- организацию медицинского освидетельствования и обследования граждан при первоначальной постановке на воинский учет;
- особенности увольнения с военной службы.

##### **Уметь:**

- перечислять основные сведения о военной обязанности;

- раскрывать содержание обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе;
- характеризовать особенности воинского учета.

#### **Тема 4. Особенности военной службы (5 часов)**

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

Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни. Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной служб, Дисциплинарный устав, Строевой устав ВС РФ, их предназначение и основные положения.

Военная присяга – клятва война на верность Родине. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

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

Общие, специальные и должностные обязанности военнослужащих. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.

Прохождение военной службы по контракту. Основные условия, требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки службы, права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

Права и ответственность военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

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

Альтернативная гражданская служба. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Контрольная работа.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- законы РФ, определяющие правовую основу военной службы;
- определение понятия «статус военнослужащего»;
- краткое содержание общевоинских уставов ВС РФ;
- значение Военной присяги;
- особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту;
- воинские звания военнослужащих ВС РФ;
- сущность и значение военной дисциплины;
- особенности альтернативной гражданской службы.

##### **Уметь:**

- раскрывать значение Военной присяги;
- характеризовать содержание общевоинских уставов ВС РФ;
- различать воинские звания военнослужащих ВС РФ;
- обосновать значение военной службы.

## **Тема 5. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство война Вооруженных Сил (6 часов)**

Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание – защитник Отечества; любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу; верность воинскому долгу и военной присяге.

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

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

Единоначалие – принцип строительства ВС РФ. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим – постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину.

Офицер Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки военных кадров для ВС РФ.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ. Участие ВС РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Контрольная работа.

### **Требования к уровню подготовки по теме.**

#### **Знать/понимать:**

- основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить звание – защитник Отечества;
- общие требования воинской деятельности к военнослужащему;
- основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования;
- правила приема граждан в военные образовательные учреждения;
- особенности миротворческой деятельности ВС РФ.

#### **Уметь:**

- перечислить основные качества военнослужащего;
- обосновать общие требования воинской деятельности к военнослужащему;
- изложить правила приема граждан в военные образовательные учреждения;
- дать оценку миротворческой деятельности ВС РФ.



### **Раздел III. Современный комплекс проблем безопасности (7 часов)**

#### **Тема 6. Глобальные проблемы современности (4 часа)**

Безопасность человека как результат его жизнедеятельности. Безопасность – коренная потребность человека. Способы и уровни обеспечения безопасности.

Появление глобальных угроз от жизнедеятельности. Неизбежность наступления новой эпохи развития человечества. Появление атомной бомбы – первый признак новой эпохи. Демографическая проблема. Контрольная работа.

Особенности России и угрозы ее национальной безопасности в современном мире. Внешние угрозы национальной безопасности России. Сферы национальных интересов России. Внутренние угрозы национальной безопасности России. Виды национальной безопасности. Система обеспечения национальной безопасности.

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- определение понятия «безопасность»;
- способы и уровни обеспечения безопасности;
- демографическую проблему;
- особенности России и угрозы ее национальной безопасности в современном мире;
- сферы национальных интересов России.

##### **Уметь:**

- объяснить способы и уровни обеспечения безопасности;
- перечислить основные сферы национальных интересов России;
- дать оценку демографической проблеме;
- кратко изложить содержание системы обеспечения национальной безопасности.

#### **Тема 7. Правила и безопасность дорожного движения (3 часа)**

Организация дорожного движения: способы регулирования дорожного движения, особенности регулирования. Водитель. Требования, предъявляемые к водителю. Железнодорожный переезд. Правила поведения вблизи железной дороги.

#### **Повторение (1 час)**

#### **Требования к уровню подготовки по теме.**

##### **Знать/понимать:**

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- способы регулирования дорожного движения;
- требования, предъявляемые к водителю;
- правила поведения вблизи железной дороги.

##### **Уметь:**

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся 11-го класса**

##### **знать/понимать:**

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- основные виды воинской деятельности;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- общую организацию подготовки офицерских кадров для ВС РФ и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих.

**уметь:**

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказание первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи;
- развития в себе духовных качеств, необходимых для военной службы;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

### Учебно-тематический план

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>1</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>10</b>	
1	Основы здорового образа жизни.		6
2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. Практические занятия. Контрольная работа.		3 1
<b>2</b>	<b>Основы военной службы.</b>	<b>17</b>	
3	Воинская обязанность. Контрольная работа.		5 1
4	Особенности военной службы.		5
5	Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил. Контрольная работа.		6 1
<b>3</b>	<b>Современный комплекс проблем безопасности.</b>	<b>7</b>	
6	Глобальные проблемы современности. Контрольная работа.		3 1
7	Правила и безопасность дорожного движения.		3
<b>4</b>	<b>Повторение</b>	<b>1</b>	
	<b>Всего часов</b>		<b>35</b>

#### Требования к уровню подготовки выпускников

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

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил РФ;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности происхождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

#### **уметь**

соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

#### **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи;
- развития в себе духовных качеств, необходимых для военной службы;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

#### **Литература и средства обучения**

1. Государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования.
2. Журнал ОБЖ.
3. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе».
4. Конституция РФ.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений. М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева – 2-е изд., испр. и доп.-М.: АСТ: Астрель, 2012.
6. Брошюры журнала «Военные знания».
7. Наглядные пособия (плакаты)
8. Информационно-методическое пособие по основам военной службы и медицинской помощи (части 1, 2, 3).
9. Закон «О гражданской обороне».Закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера».
10. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений. М. П. Фролов, Е. И. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева.-2-е изд., испр. доп.- М.: АСТ: Астрель, 2012.
11. Медицинские средства.
12. Тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации «МаксимII-01».
13. Средства индивидуальной защиты.
14. Компьютер, проектор, интерактивная домка.

## Календарно-тематический план по ОБЖ для 10-го класса

№ уро ка	Наименование раздела, темы и урока.	Кол- во часов	Дата		Виды и формы контроля	Приме чания
			по плану	факти чески		
	<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Тема 1. Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни, правила безопасного поведения.</b>	<b>18</b>  <b>8</b>				
1	Пр. занятие: «Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе».	1				
2	Пр. занятие: «Правила ориентирования на местности, движения по азимуту».	1				
3	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Терроризм – угроза обществу.	1			Тест(вход ной контроль)	
4	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера(прак. занятие).	1				
5	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1				
6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	1			Опрос	
7	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1				
8	Контрольная работа №1.	1			Пром. контроль	
	<b>Тема 2. ГО – составная часть обороноспособности страны.</b>	<b>10</b>				
9	Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	1				
10	Ядерное оружие. Химическое оружие.	1			Опрос	
11	Биологическое оружие. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы.	1				
12	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	1			Тест(теку щий контроль)	
13	Защитные сооружения ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения.	1				
14	Средства индивидуальной	1			Опрос	

	защиты. Средства защиты органов дыхания(прак. занятие).					
15	Контрольная работа № 2	1			Пром. контроль	
16	Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты.	1				
17	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Санитарная обработка людей. Эвакуация-основное мероприятие по защите людей.	1				
18	Организация ГО в общеобразовательных учреждениях.	1				
	<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>9</b>				
	<b>Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.</b>	<b>4</b>				
19	Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого и всего общества.	1			Опрос	
20	Инфекционные заболевания и их классификация. Пути передачи инфекции.	1				
21	Понятие об иммунитете и профилактических прививках. Профилактика инфекционных заболеваний.	1				
22	Контрольная работа №3.	1			Пром. контроль	
	<b>Тема 4. Основы здорового образа жизни.</b>	<b>5</b>				
23	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1				
24	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха.	1			Опрос	
25	Двигательная активность. Закаливание и профилактика простудных заболеваний.	1				
26	Понятие о вредных привычках. Социальные последствия вредных привычек. Курение и алкоголизм, их профилактика.	1			Тест(текущий контроль)	
27	Наркомания и токсикомания. Последствия и профилактика.	1				
	<b>Раздел 3. Основы военной службы.</b>	<b>4</b>				

28	Воинский учет. Организация воинского учета.	1				
29	Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	1				
30	Альтернативная гражданская служба.	1				
31	Контрольная работа № 4.	1			Итог. контроль	
	<b>Правила и безопасность дорожного движения.</b>	<b>3</b>				
32	Виды и причины дорожно-транспортных происшествий. Правила поведения при ДТП.	1				
33	Организация дорожного движения.	1			Опрос	
34	Скорость и дистанция. Расположение транспортных средств на проезжей части.	1				
35	Повторение	1				





## Календарно – тематический план по ОБЖ для 11-го класса

№ урока	Наименование раздела, темы и урока.	Кол-во часов	Дата		Виды и формы контроля	Примечания
			по плану	фактически		
	<b>Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>10</b>				
	<b>Тема 1. Основы здорового образа жизни.</b>	<b>6</b>				
1	Правила личной гигиены и здоровье.	1				
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1			Опрос	
3	Заболевания, передаваемые половым путем. СПИД и его профилактика.	1			Тест(входной контроль)	
4	Психологическое состояние человека и причины самоубийств.	1				
5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	1				
6	Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей.	1			Опрос	
	<b>Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.</b>	<b>4</b>				
7	Первая медицинская помощь при ОНЧ, инсульте. Первая помощь при ранениях (практическое занятие).	1				
8	Первая медицинская помощь при травмах(практическое занятие).	1				
9	Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания (пр.занятие).	1				
10	Контрольная работа №1.	1			Пром. контроль	
	<b>Раздел 2. Основы военной службы.</b>	<b>17</b>				
	<b>Тема 3. Тема воинская обязанность.</b>	<b>6</b>				
11	Войны в истории человечества и России.	1				
12	Исполнение обязанностей военной службы. Организация обороны РФ.	1			Опрос	

13	Основные сведения о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение.					
14	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1				
15	Освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Организация прохождения профессионального психологического отбора при первоначальной постановке на воинский учет.	1				
16	Контрольная работа №2.	1			Пром. контроль	
	<b>Тема № 4. Особенности военной службы.</b>	<b>5</b>				
17	Военная служба – особый вид государственной службы. Организация призыва на военную службу. Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву.	1				
18	Общевойские уставы ВС РФ. Военная присяга. Размещение и быт военнослужащих.	1			Опрос	
19	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.	1				
20	Социальная защита военнослужащих. Статус военнослужащих.	1			Тест(текущий контроль)	
21	Прохождение военной службы по контракту. Прохождение службы военнослужащими-женщинами. Права и ответственность военнослужащих. Альтернативная гражданская служба.	1				
	<b>Тема № 5. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство война.</b>	<b>6</b>				
22	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1			Опрос	

23	Военнослужащий – специалист в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Виды воинской деятельности.	1				
24	Контрольная работа №3.	1			Пром. контроль	
25	Требования, предъявляемые к морально-этическим, психологическим и профессиональным качествам призывника.	1				
26	Взаимоотношения в воинском коллективе. Воинская дисциплина. Ее суть и значение.	1			Опрос	
27	Офицер Российской армии. Военные образовательные учреждения профессионального образования. Международная миротворческая деятельность ВС РФ.	1				
	<b>Раздел 3. Современный комплекс проблем безопасности.</b>	<b>7</b>				
28	Безопасность человека как результат его жизнедеятельности.	1				
29	Появление глобальных угроз в результате жизнедеятельности человека.	1			Тест(текущий контроль)	
30	Особенности России и угрозы ее национальной безопасности в современном мире.	1				
31	Контрольная работа №4	1			.Итог. контроль	
	<b>Правила и безопасность дорожного движения.</b>	<b>3</b>				
32	Организация дорожного движения.	1				
33	Водитель. Требования, предъявляемые к водителю.	1			Опрос	
34	Железнодорожный переезд. Правила поведения вблизи железной дороги.	1				
35	Повторение	1				



