



Утверждаю  
Директор MAOY COII №8  
п.Висимо-Уткинск

Д.Ю. Ошурков

приказ № 115 от 31.08.2023

**Рабочая программа по  
учебному предмету  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
10-11 класс  
(среднее общее образование)  
Базовый уровень**

Составитель: Быстрова Е.А.,  
учитель физкультуры  
МКОУ СОШ №8 п. Висимо-Уткинск

# 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## Личностные результаты позволят развить:

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### **Метапредметные результаты** отражают:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

### **Предметные результаты:**

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### **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-эпидемиологическом 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 изготовку 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 полчетвереньках, 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.

### ***Особенности учебно-исследовательской деятельности и проектной работы старшеклассников***

На уровне среднего общего образования исследование и проект приобретают статус инструментов учебной деятельности полидисциплинарного характера, необходимых для освоения социальной жизни и культуры.

На уровне среднего общего образования проект реализуется самим старшеклассником или группой обучающихся. Они самостоятельно формулируют предпроектную идею, ставят цели, описывают необходимые ресурсы и пр.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**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 криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные криминогенные ситуации на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

***Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.***

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

***Современный комплекс проблем безопасности военного характера.***

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные

интересы России в военной сфере, защита 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 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 – разновидности 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.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

**10 класс**

*\*курсивом выделены темы с учетом рабочей программы воспитания*

| № урока     | Содержание<br>(разделы, темы)  | Кол-во<br>Часов |
|-------------|--|-----------------|
|             | <b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>  |                 |
|             | <i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</i>   |                 |
|             | <b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>  | <b>3</b>        |
| 1<br>2<br>3 | Автономное пребывание человека в природной среде. <i>Терроризм и безопасность человека.</i><br>Обеспечение личной безопасности на дорогах.<br>Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. |                 |
|             | <b>Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций</b>  | <b>2</b>        |
| 4<br>5      | Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера.<br>Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера  |                 |
|             | <b>Современный комплекс проблем безопасности социального характера</b>   | <b>1</b>        |
| 6           | Военные опасности и военные угрозы Российской Федерации в современном мире, оборона страны   |                 |
|             | <i>Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций</i>  |                 |
|             | <b>Нормативно- правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>   | <b>1</b>        |
| 7           | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи  |                 |
|             | <i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>  |                 |
|             | <b>Терроризм и экстремизм – их причины и последствия</b>   | <b>2</b>        |
| 8<br>9      | Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.<br>Экстремизм и экстремистская деятельность  |                 |
|             | <b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>  | <b>1</b>        |
| 10          | Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения  |                 |
|             | <b>Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности</b>   | <b>1</b>        |
| 11          | Уголовная ответственность за террористическую деятельность   |                 |
|             | <b>Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта</b>   | <b>1</b>        |

|    |   |          |
|----|---|----------|
| 12 | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта                 |          |
|    | <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>             |          |
|    | <i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>                                  |          |
|    | <b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>        | <b>1</b> |
| 13 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика              |          |
|    | <b>Здоровый образ жизни и его составляющие</b>                                  | <b>1</b> |
| 14 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек        |          |
|    | <b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>                   |          |
|    | <i>Раздел 6. Основы обороны государства</i>                                     |          |
|    | <b>Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны</b>            | <b>2</b> |
| 15 | Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени |          |
| 16 | Средства индивидуальной защиты  |          |

|    |   |           |
|----|---|-----------|
|    | <b>Вооруженные сила Российской Федерации- защитники нашего Отечества</b>  | <b>1</b>  |
| 17 | Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации    |           |
|    | <b>Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации</b>   | <b>6</b>  |
| 18 | Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.                              |           |
| 19 | Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.                        |           |
| 20 | Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.                         |           |
| 21 | Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН. |           |
| 22 | Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.  |           |
| 23 | Воздушно-космической силы (ВКС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС                     |           |
|    | <b>Боевые традиции Вооружённых Сил России</b>   | <b>2</b>  |
| 24 | Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества.   |           |
| 25 | Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений                                 |           |
|    | <i>Раздел 7. Основы военной службы</i>  |           |
|    | <b>Размещение и быт военнослужащих</b>  | <b>1</b>  |
| 26 | Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок.  |           |
|    | <b>Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда</b>   | <b>2</b>  |
| 27 | Суточный наряд. Общие положения.  |           |
| 28 | Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте  |           |
|    | <b>Организация караульной службы</b>  | <b>1</b>  |
| 29 | Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового  |           |
|    | <b>Строевая подготовка</b>  | <b>2</b>  |
| 30 | Строй и управление ими. Строевые приёмы и движения без оружия.  |           |
| 31 | Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.  |           |
|    | <b>Огневая подготовка</b>   | <b>2</b>  |
| 32 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата                          |           |
| 33 | Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.  |           |
|    | <b>Тактическая подготовка</b>   | <b>1</b>  |
| 34 | Современный бой. Обязанности солдата в бою  |           |
|    | <b>ИТОГО</b>  | <b>34</b> |

## 11 класс

| №<br>урока           | Содержание<br>(разделы, темы)  | Кол-<br>во<br>часов |
|----------------------|--|---------------------|
|                      | <b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>  |                     |
|                      | <i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</i>   |                     |
|                      | <b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>  | <b>4</b>            |
| 1<br>2<br>3<br>4     | Правила личной безопасности при пожаре.<br>Обеспечение личной безопасности на водоёмах.<br>Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях<br>Обеспечение личной безопасности в сфере современных молодёжных увлечений <i>Терроризм и безопасность человека.</i>                 |                     |
|                      | <b>Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>  | <b>3</b>            |
| 5<br>6<br>7          | Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи<br>Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом<br>Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны |                     |
|                      | <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>  |                     |
|                      | <i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>   |                     |
|                      | <b>Нравственность и здоровье</b>   | <b>3</b>            |
| 8<br>9<br>10         | Нравственность и здоровый образ жизни.<br>Инфекции, передающиеся половым путём. Меры их профилактики<br>Понятие о ВИЧ-инфицировании и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.<br>Семья в современном обществе. Законодательство и семья   |                     |
|                      | <i>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>  | <b>1</b>            |
|                      | <b>Первая помощь при неотложных состояниях</b>   | <b>4</b>            |
| 11<br>12<br>12<br>14 | Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте<br>Правила остановки артериального кровотечения<br>Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.<br>Первая помощь при остановке сердца   |                     |
|                      | <b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства</b>  |                     |
|                      | <i>Раздел 6. Основы обороны государства</i>  |                     |
|                      | <b>Вооружённые силы Российской Федерации-основа обороны государства</b>  | <b>1</b>            |
| 15                   | Международная (миротворческая) деятельность  |                     |

|    |   |          |
|----|---|----------|
|    | <b>Вооружённых Сил Российской Федерации</b>                                     |          |
|    | <b>Символы военной чести</b>  | <b>2</b> |
| 16 | Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.          |          |
| 17 | Ордена — почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. |          |
|    | <b>Воинская обязанность</b>   | <b>3</b> |
| 18 | Основные понятия о воинской обязанности.  |          |
| 19 | Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.                             |          |
| 20 | Профессиональный психологический отбор и его предназначение.                    |          |
|    | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе                               |          |



|    |  |           |
|----|--|-----------|
|    | <i>Раздел 7. Основы военной службы</i>   |           |
|    | <b>Особенности военной службы</b>  | <b>4</b>  |
| 21 | Общевоинские уставы.<br>Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации   |           |
| 22 | Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Р Ф   |           |
| 23 | Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации.  |           |
| 24 | Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации  |           |
|    | <b>Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества</b>   | <b>4</b>  |
| 25 | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.   |           |
| 26 | Военнослужащий — патриот.  |           |
| 27 | Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил РФ   |           |
| 28 | Военнослужащий — специалист своего дела.<br>Военнослужащий — подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. |           |
|    | <b>Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации</b>  |           |
| 29 | Порядок вручения Боевого знамени воинской части.   | <b>1</b>  |
| 30 | Порядок приведения к Военной присяге (принесения обязательства).   |           |
| 31 | Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.   |           |
| 32 | Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации  |           |
|    | <b>Прохождение военной службы по призыву</b>   | <b>1</b>  |
| 33 | Призыв на военную службу .Порядок прохождения военной службы.  |           |
|    | <b>Прохождение военной службы по контракту</b>   | <b>1</b>  |
| 34 | Особенности военной службы по контракту.<br>Альтернативная гражданская служба  |           |
|    | <b>ИТОГО</b>   | <b>34</b> |