

Тараева  
Марина  
Александр  
овна

Подписано  
цифровой  
подписью: Тараева  
Марина  
Александровна  
Дата: 2021.02.13  
13:17:43 +05'00'

Приложение №3 к Основной образовательной  
программе среднего общего образования,  
утвержденной приказом директора МКОУ СОШ  
№2 г. Нижние Серги от 01.06.2020 №46/1-ОД

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказ от 31.08.2020 №74-ОД  
Директор М.А. Тараева  
Принято Педагогическим советом,  
протокол от 27.08.2020 №1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по учебному предмету**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
*уровня среднего общего образования*

Содержание:

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**».
2. Содержание учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**».
3. Тематическое планирование.

## 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

### По окончании изучения курса учащийся:

#### научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
  - классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
  - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
    - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
      - классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
      - классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
      - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
      - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
      - оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
      - характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
      - классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
      - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
      - адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;

- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**ПОЛУЧИТ ВОЗМОЖНОСТЬ НАУЧИТЬСЯ:**

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*
- *безопасно вести и применять права покупателя;*
- *анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*
- *предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;*
- *характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;*
- *классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;*
  - *владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;*
- *классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;*

- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

## 2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Программа определяет базовое содержание по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности учащихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

Основы безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.
- Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:
- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного курса «Школа безопасности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

### **Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Основы комплексной безопасности**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы

их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.



### 3. Тематическое планирование. 10 класс

№ п/п	Тема урока	Элементы содержания	УУД
1	2	3	4
1	Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.	Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан.	<b>Иметь представление:</b> о национальных интересах, угрозе национальной безопасности России. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.
2	Чрезвычайные ситуации природного характера.	Понятие опасного природного явления, их примеры. Динамика возникновения опасных природных явлений на территории России. Влияние опасных природных явлений на жизнедеятельность людей.  Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Сравнительная оценка опасных природных явлений и чрезвычайных ситуаций на территории России. Чрезвычайные ситуации, наиболее вероятные для города, района.	<b>Знать:</b> о потенциальных опасностях природного происхождения, характерных для региона проживания. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.
3	Чрезвычайные ситуации природного характера.	Отработка практических действий учащихся в ЧС природного характера.	<b>Знать: правила поведения при угрозе ЧС природного происхождения.</b> <b>Владеть навыками: практических действий по сигналам оповещения.</b>
4	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация ЧС техногенного характера по масштабам распространения. Понятие об аварии и катастрофе. Основные типы ЧС техногенного характера. Опасности аварий и	<b>Знать: правила поведения при угрозе ЧС техногенного происхождения.</b> <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных

		катастроф и их динамика на территории РФ.	ситуациях.
5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	Отработка практических действий учащихся в ЧС техногенного характера: правила безопасного поведения при пожаре в здании; при взрыве в здании; если человек ранен, получил травму; при оповещении об аварии с выбросом АХОВ; при выходе из зоны химического заражения; при оповещении об аварии на радиационно опасных объектах.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе ЧС техногенного происхождения. <b>Владеть навыками:</b> практических действий при эвакуации из здания.
6	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты).	Общие сведения о терроризме, правовая база борьбы с этим социальным явлением; подготовка населения по предупреждению и минимизации последствий возможных террористических актов на данном объекте; характеристика среды обитания как объекта возможного террористического акта; действия при наличии угрозы проведения теракта; действия населения при совершении террористических актов различного характера.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе террористического акта. <b>Использовать:</b> приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
7	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты).	Правила безопасного поведения при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в подъезде дома, в лифте.	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
8	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	Причины создания РСЧС. Основные цели и задачи РСЧС. Уровни РСЧС, их назначение. Координирующие органы управления РСЧС и их структура. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их структура. Силы и средства РСЧС и их структура.	<b>Знать:</b> предназначение, структуру и задачи РСЧС. <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.
9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций, определенные Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».	<b>Знать:</b> права и обязанности граждан в области защиты от ЧС. <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

10	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.	ГО, история ее создания. Предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ. Структура и органы управления ГО. Организация управления ГО. Структура и органы управления по делам ГО и ЧС в ОУ.	<b>Знать:</b> о предназначении ГО, ее структуре и задачах. <b>Использовать:</b> полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности.
11	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.	Задачи ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС. Примерное содержание планов действий по предупреждению и ликвидации ЧС мирное время. Особенности плана ГО ОУ. Обязанности учащихся в области ГО.	<b>Знать:</b> о задачах ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС. <b>Владеть навыками:</b> практического применения знаний при планировании мероприятий ГО.
12	Ядерное оружие.	Понятие о ядерном оружии. Классификация ядерных взрывов. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс и их характеристика.	<b>Знать:</b> о ядерном оружии и его поражающих факторах. <b>Иметь представление:</b> об основных мероприятиях, проводимых по защите населения от ядерного оружия.
13	Химическое оружие.	Понятие о химическом оружии. Признаки поражения химическим оружием.  Понятие об ОВ и пути его проникновения в организм человека.  Классификация ОВ по действию на организм человека и их характеристика.  Классификация ОВ по их тактическому назначению в зависимости от характера поражающего действия.	<b>Иметь представление:</b> о химическом оружии и его поражающих факторах.  <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.
14	Биологическое оружие.	Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии. Поражающие факторы бактериологического оружия. Классификация болезнетворных микробов и их характеристика. Способы применения бактериологического оружия. Признаки применения	<b>Иметь представление:</b> о биологическом оружии и его поражающих факторах.  <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

		бактериологического (биологического) оружия.	
15	Обычные средства поражения.	<p>Понятие о современных обычных средствах поражения. Классификация современных обычных средств поражения.</p> <p>Осколочные боеприпасы и их предназначение. Фугасные боеприпасы и их предназначение. Кумулятивные боеприпасы и их предназначение. Бетонобойные боеприпасы и их предназначение. Боеприпасы объемного взрыва и их предназначение.</p> <p>Зажигательные боеприпасы, их предназначение и классификация. Высокоточное оружие. РУК и их предназначение. Управляемые авиационные бомбы и их предназначение.</p>	<p><b>Иметь представление:</b> об обычных средствах поражения и его поражающих факторах.</p> <p><b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.</p>
16	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.	Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.	<p><b>Знать:</b> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><b>Уметь:</b> действовать в чрезвычайных ситуациях</p>
17	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.	Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	<p><b>Знать:</b> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p><b>Уметь:</b> действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты.</p>
18	Средства индивидуальной защиты населения.	Классификация средств защиты органов дыхания. Принцип работы фильтрующих противогазов. Устройство и назначение узлов и деталей гражданского противогаза ГП-7 (ГП-7В).	<p><b>Знать:</b> основные средства индивидуальной.</p> <p><b>Владеть навыками:</b> пользования средствами индивидуальной защиты.</p>
19	Средства индивидуальной	Средства защиты кожи, их назначение и правила	<b>Знать:</b> основные средства индивидуальной

	защиты населения.	пользования. Классификация средств защиты кожи. Правила использования простейших средств защиты кожи. Медицинские средства защиты. Назначение и устройство АИ-2. Назначение и использование ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10.	защиты органов дыхания и кожи. <b>Владеть навыками:</b> пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно- марлевой повязкой)
20	Организация и ведение аварийно-спасательных работ и неотложных работ в зонах ЧС.	Понятие об аварийно-спасательных и неотложных работах. Основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ, их содержание и характеристика. Понятие о санитарной обработке населения. Частичная и полная санитарная обработка и правила ее проведения.	<b>Знать:</b> содержание и порядок проведения аварийно-спасательных и неотложных работ. <b>Владеть навыками:</b> проведения частичной и полной санитарной обработки.
21	Здоровый образ жизни и его составляющие.	Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни.	<b>Знать:</b> основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на здоровье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
22	Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма.	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания, необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.	<b>Знать:</b> о факторах, способствующих укреплению здоровья. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
23	Курение табака и его влияние на организм человека.	Вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков) и их социальные последствия. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.	<b>Знать:</b> о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
24	Употребление алкоголя и его влияние на здоровье	Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия	<b>Знать:</b> о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках.

	человека. Наркомания и токсикомания.	употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	<b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
25	История создания Вооруженных Сил России.	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.	<b>Иметь представление:</b> об истории создания Вооруженных Сил России, о реформе Вооруженных Сил. <b>Уметь:</b> осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.
26	Организационная структура ВС России. Виды ВС, история их создания и предназначение.	Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Организационная структура Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание. Виды Вооруженных Сил РФ.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
27	Рода войск, история их создания и предназначение.	Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, история создания, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной службе.
28	Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.	Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Уметь:</b> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе.
29	Функции и основные задачи	Понятие об обороноспособности государства.	<b>Знать:</b> об обороноспособности и безопасности

	современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	Правовые основы организации обороны и обеспечения безопасности личности, общества и государства. Федеральный закон «Об обороне». Понятие об обороне. ВС как государственная военная организация. Закон Российской Федерации «О безопасности». Понятие о безопасности. Основные функции системы безопасности. Силы обеспечения безопасности. Руководство и управление Вооруженными Силами. Военная реформа, проводимая в настоящее время, ее цели и содержание.	государства, а также о роли ВС РФ по их обеспечению.  <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
30	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего, защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите.	<b>Знать:</b> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
31	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.	Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.	<b>Иметь представление:</b> о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.
32	Памяти поколений – дни воинской славы России.	Дни воинской славы - Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	<b>Знать:</b> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.
33	Боевое Знамя воинской части - символ воинской	Боевое знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого	<b>Иметь представление:</b> о символах воинской чести.

	честь, доблести и славы.	подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.	<b>Уметь:</b> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
34	Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.	<b>Иметь представление:</b> об основных государственных наградах. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.
35	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации, их смысл и воспитательное значение.	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени в/ч. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.	<b>Иметь представление:</b> о ритуалах Вооруженных Сил РФ. <b>Уметь:</b> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

### 11 класс

№ п/п	Тема урока	Элементы содержания	УУД
1	2	3	4
1	Правила личной гигиены и здоровье.	Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.	<b>Знать:</b> об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности. <b>Использовать:</b> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный и материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.	<b>Знать:</b> о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для воспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.



3	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.	<b>Знать:</b> об основах законодательства РФ о семье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для воспитания в себе качеств, необходимых для создания прочной семьи.
4	Основные заболевания, передаваемые половым путем, СПИД. Их признаки и профилактика.	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.	<b>Знать:</b> об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение ИППП. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для ведения здорового образа жизни.
5	Первая помощь при кровотечениях.	Понятия о кровотечениях. Классификация и характеристика кровотечений. Причины, вызывающие кровотечения. Признаки артериального и венозного кровотечений. Способы временной остановки кровотечений.	<b>Знать:</b> виды кровотечений и правила оказания первой помощи при кровотечениях, правила наложения жгута и давящей повязки. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при кровотечениях.
6	Первая помощь при ранениях.	Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью	<b>Знать:</b> виды ран и правила оказания первой помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки. <b>Владеть навыками:</b> наложения повязок на различные части тела.
7	Первая помощь при травмах.	Ушибы и их признаки. Растяжение связок и их признаки. Разрывы связок и мышц, их признаки. Вывихи и их признаки. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при травмах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при травмах, растяжениях
8	Первая помощь при переломах.	Открытые и закрытые переломы. Признаки переломов. Отработка приемов оказания ПП при переломах. Отработка основных правил транспортной иммобилизации.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при переломах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при переломах.
9	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	Понятие о черепно-мозговой травме. Причины травм головы и позвоночника. Признаки симптомы травм головы и позвоночника. Первая помощь при черепно-мозговой травме, при повреждении	<b>Знать:</b> приемы оказания первой помощи при травмах головы и позвоночника. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при травмах головы и позвоночника.

		позвоночника.	
10	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	Опасности травм грудной клетки. Отработка приемов оказания первой помощи при травмах груди, живота и области таза.	<b>Знать:</b> правила оказания первой медицинской помощи при травмах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой медицинской помощи при травмах груди, живота, таза.
11	Первая помощь при травматическом шоке.	Понятие о травматическом шоке. Причины и признаки травматического шока, его действие на организм человека.  Ожоги кожи. Степени ожогов кожи.	<b>Знать:</b> причины травматического шока, степени ожогов. <b>Использовать:</b> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
12	Экстренная реанимационная помощь.	Снабжение организма человека кислородом. Схема поступления кислорода из легких в кровь. Понятие о клинической смерти и реанимации. Определение признаков клинической смерти. Объем экстренных реанимационных мероприятий.	<b>Иметь представление:</b> о клинической смерти. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при реанимационных мероприятиях
13	Экстренная реанимационная помощь.	Прекардиальный удар в область грудины. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких. Причины и признаки остановки сердца. Отработка приемов оказания первой помощи при остановке сердца.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при остановке сердца. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при остановке сердца.
14	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины возникновения. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	<b>Знать:</b> правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности и инсульте. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.
15	Основные понятия о воинской обязанности.	Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные	<b>Знать:</b> об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. <b>Использовать:</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе

		сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.	
16	Организация воинского учета и его предназначение.	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.	<b>Знать:</b> об организации воинского учета, о первоначальной постановке граждан на воинский учет, об обязанностях граждан по воинскому учету. <b>Использовать:</b> полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
17	Обязательная и подготовка граждан к военной службе.	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.	<b>Знать:</b> о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
18	Добровольная подготовка граждан к военной службе.	Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	<b>Знать:</b> об основных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.
19	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.	Организация и предназначение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования	<b>Знать:</b> об организации медицинского освидетельствования и профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет, о категориях годности к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания при первоначальной постановке на воинский учет и для развития в себе качеств, необходимых для военной службы

		различных воинских должностей.	
20	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.	<b>Знать:</b> об основах военной службы. <b>Иметь представление:</b> об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе. <b>Использовать:</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе
21	Правовые основы военной службы.	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. Права и ответственность военнослужащих. Дисциплинарная, административная, материальная, уголовная ответственность военнослужащих.	<b>Знать:</b> основные положения законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности, военной службе граждан. <b>Использовать:</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
22	Общевойские уставы Вооруженных Сил РФ-закон воинской жизни.	Общевойские уставы - нормативно- правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.	<b>Знать:</b> о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт в/служащих; о предназначении общевойских уставов ВС. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к в/службе, развития в себе качеств, необходимых для в/службы
23	Военная присяга — клятва воина на верность Родине.	Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.	<b>Знать:</b> о традициях Вооруженных Сил Российской Федерации. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.
24	Прохождение военной службы по призыву.	Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Ответственность граждан	<b>Знать:</b> о призыве на военную службу, времени и организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек, о порядке

		по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.	прохождения военной службы по призыву, об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих. <b>Использовать:</b> полученные знания при постановке на воинский учет. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной службе.
25	Прохождение военной службы по контракту.	Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	<b>Знать:</b> основные условия прохождения военной службы по контракту. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. <b>Владеть:</b> навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; оценки уровня своей подготовленности к ней.
26	Альтернативная гражданская служба.	Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.	<b>Знать:</b> особенности прохождения альтернативной гражданской службы. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной службе.
27	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.	Из истории воинских званий и военной формы одежды России. Составы военнослужащих и воинские звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.	<b>Знать:</b> составы военнослужащих и воинские звания. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
28	Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника	Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить воинское звание защитника Отечества: любовь к Родине, ее истории,	<b>Иметь представление:</b> об основных качествах военнослужащего. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей

	Отечества.	культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя России, народа и Отечества.	подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
29	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 ВС и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	<b>Знать:</b> об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника. <b>Уметь:</b> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе! <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.
30	Как стать офицером Российской армии.	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Международная деятельность ВС РФ.	<b>Знать:</b> об организации подготовки офицерских кадров для ВС РФ, об основных видах военных образовательных учреждений профессионального образования; правилах приема в военные образовательные учреждения. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
31	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	Основные документы международного гуманитарного права. Общая защита гражданского населения. Основные типы ограничений ведения военных действий.	<b>Знать: основные документы международного гуманитарного права.</b> <b>Использовать: полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.</b>
32	Международные отличительные знаки,	Цели использования международных отличительных знаков во время вооруженных конфликтов.	<b>Знать: основные отличительные знаки, используемые в международного</b>

	используемые во время международного конфликта.	Отличительные знаки. Ответственность воюющих сторон за правильное использование отличительных знаков. В каких случаях запрещается использовать международные отличительные знаки.	<i>гуманитарного праве. Использовать: полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.</i>
33	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.	Стресс и дистресс. Как справиться со стрессом. Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Слухи и искаженная информация.	<i>Иметь представление: о психических аспектах, связанных с подготовкой к военной службе в ВС РФ. Владеть навыками: осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</i>
34	О морально-этических качествах военнослужащих.	Совесть, честь и достоинство – основные требования к личности солдата. Чувства личности и военная служба. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ.	<i>Иметь представление: о психических аспектах, связанных с подготовкой к военной службе в ВС РФ. Владеть навыками: осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</i>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575781

Владелец Тараева Марина Александровна

Действителен с 26.02.2021 по 26.02.2022