**Частное образовательное учреждение средняя общеобразовательная**

**Частная интегрированная школа**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Рабочая программа**

**по основам безопасности**

**жизнедеятельности**

**(10-11 класс)**

 Составитель: Безбородова И.Г.,

 учитель физической культуры

 и ОБЖ ЧОУ СО ЧИШ

Волгоград, 2017 г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Рабочая программа по ОБЖ разработана на основе:

- Федерального государственного стандарта среднего общего образования

(утвержден Приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. N 1645);

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. №537);

- Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года

(Утверждена распоряжением Правительства РФ от 3 февраля 2010 г. №134-р);

- Примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности;

- Авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников)), 2016 год.

Количество часов по учебному плану: 34

Всего: 34 часа в год, 1 час в неделю.

**Цели и задачи изучения** основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах:

* углублённое изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
* расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике;
* совершенствование военно-патриотического воспитания и повышение мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно-учётным специальностям в объёме, необходимом для военной службы;
* распознавание и анализирование особенностей жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в различных природных условиях;
* окончательное формирование модели своего поведения при возникновении различных чрезвычайных ситуаций;
* применение в реальных природных условиях различных способов ориентирования на местности;
* анализирование основных направлений организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций;
* обоснование основного предназначения Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье;
* формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также в демографической безопасности государства.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» на старшей ступени (10-11 классы) реализует комплексный подход к формированию у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и подготовке их к военной службе при модульной структуре содержания предмета.

Содержание программы выстроено по трем модулям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

**МЕСТО ОСНОВ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 и 11 классах в программе предусмотрены 68 часов на 2 года (по одному часу в неделю в каждом классе). Этот объём для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» определён на базовом уровне (разделы 1- 6 программы авторской программы А.Т. Смирнова).

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ**

Требования к результатам освоения основных образовательных программ структурируются по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные,общественные и государственные потребности, и включают личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обучения в основной школе включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы.

Основные **личностные** результаты обучения ОБЖ:

1) сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, любви к Отечеству и уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уверенности в его великом будущем;

2) сформированность гражданской позиции выпускника как сознательного, активного и ответственного члена российского общества, уважающего закон и правопорядок, осознающего и принимающего свою ответственность за благосостояние общества, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, способного противостоять социально опасным и враждебным явлениям в общественной жизни;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни: потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, отрицательное отношение к употреблению алкоголя, наркотиков, курению; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью как собственному, так и других людей, умение оказывать первичную медицинскую помощь, знание основных оздоровительных технологий;

5) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни – любви, равноправия, заботы, ответственности – и их реализации в отношении членов своей семьи;

6) осознанный выбор будущей профессии на основе понимания ее ценностного содержания и возможностей реализации собственных жизненных планов; гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем.

Метапредметные результаты обучения в основной школе состоят из освоенных обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способности их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельности планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к проектированию и построению индивидуальной образовательной траектории.

Основные **метапредметные** результаты обучения ОБЖ:

1) умение самостоятельно определять цели и составлять планы, осознавая приоритетные и второстепенные задачи; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать учебную, внеурочную и внешкольную деятельность с учѐтом предварительного планирования; использовать различные ресурсы для достижения целей; выбирать успешные стратегии в трудных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать с коллегами по совместной деятельности, учитывать позиции другого (совместное целеполагание и планирование общих способов работы на основе прогнозирования, контроль и коррекция хода и результатов совместной деятельности), эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;

4) готовность и способность к самостоятельной и ответственной информационной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

6) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учѐтом гражданских и нравственных ценностей.

**Предметные результаты** изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» должны отражать:

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 защищѐнность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) сформированность гражданской позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе и защите Отечества;

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

4) сформированность личной гражданской позиции отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

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

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

7) негативное отношение к наркомании, алкоголизму, токсикомании как к факторам, пагубно влияющим на здоровье человека и исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

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

9) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также используя различные информационные источники.

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечить:

понимание и принятие ценности человеческой жизни, личной ответственности за собственную жизнь и здоровье;

сформированность навыков здорового и безопасного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;

знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;

владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;

умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства**

**Раздел 1. Основы комплексной безопасности**

***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни***

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

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.

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 ситуации криминогенного характера 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 её независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый 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 терроризмом и экстремизмом 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 Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

***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 молодёжи 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, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика. 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 путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекций. 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 помощи при ранении. Понятие 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-лёгочной 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 оружия 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 обучающихся.

***Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества***

История создания Вооружённых Сил России.

Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

***Виды и рода войск Вооружённых 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 Вооружённых Сил Российской Федерации.

***Боевые традиции Вооружённых Сил России***

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

***Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства***

Основные задачи современных Вооружённых Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил РФ.

***Символы воинской чести***

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции,

указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

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 учёта, основное предназначение воинского учёта.

Первоначальная постановка граждан на воинский учёт.

Обязанности граждан по воинскому учёту 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 предназначение и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

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

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

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

**Раздел 7. Основы военной службы**

***Особенности военной службы***

Правовые особенности военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права.

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 – подчиненный, 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 (принесение обязательства).

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

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации.

***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.

**Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса, электронные ресурсы, информационно-коммуникативные средства**

 При составлении данной программы использованы:

**Программа общеобразовательных учреждений по Основам безопасности жизнедеятельности,**10 -11 класс. Смирнов А.Т., Москва, Просвещение, 2012 г.

**Учебники и учебные пособия**:

* Учебник Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников – М.: Просвещение, 2016 г.;
* Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2012;
* Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2012.
* Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2012.

**Методические материалы и документы:**

* «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин; Под общ. ред. А.Т. Смирнова, М.: Просвещение, 2001;
* Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс /Мультимедийный учебник TeachProтм, - М., Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;
* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности»;
* Кроме того, при подготовке к занятиям во всех классах используется другая популярная литература на данную тему, различные плакаты, видеофильмы, мультимедийные презентации.
* Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природ­ного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об обра­зовании», «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с сокращением срока военной службы по призыву» // Собрание законодательства Российской Федерации: офици­альное издание. — М., 1998—2007.

**Электронные ресурсы:**

Министерство образования РФ:

* <http://www.gov.ru>
* <http://www.edu.ru>

**Для реализации данной рабочей программы используются следующие методы и формы обучения:**

* Лекции;
* Беседы;
* Семинары;
* Практические занятия;
* Соревнования.

**Критерии и нормы оценки знаний и умений обучающихся**

Оценка "5" выставляется, если ответ:

полный, содержание материала раскрыто в объеме программы и отличается самостоятельностью суждений обучающихся, использованы ранее приобретенные знания (на уроках ОБЖ и других предметах), а также знания из личного опыта и опыта других людей; ответ построен логично, грамотно и последовательно с использованием общенаучных приемов (анализа, сравнения, сопоставления, обобщения и выводов); четко даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

Оценка "4" выставляется, если:

раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно, грамотно в речевом отношении; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; встречаются 1-2 неточности в ответе, определение понятий неполное, допускаются незначительные нарушения последовательности, искажение научного термина (в выводах и обобщениях).

Оценка "3" выставляется, если:

усвоено основное содержание предмета ОБЖ, но изложение фрагментарное, не всегда последовательное; определения понятий даны недостаточно четко; не используются в качестве доказательства выводы и обобщения, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя; допускаются ошибки и неточности в использовании научной терминологии.

Оценка "2" выставляется, если:

не раскрыто основное содержание учебного материала; не даны ответы на вспомогательные вопросы; допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии.

**Тематическоепланирование**

**10 класс**

**Количество:1час в неделю –34 часа в год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **Основной материал** | **Домашнее задание** | **Дата**  |
| **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (8 ч)** |
| ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)*** |  |
| 1. | Автономное пребывание человека в природной среде. | Возможные причины попадания человека в условия автономного существования, меры профилактики. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. | § 1 воп 1-3зад. с.8 |
| 2. | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. | Отработка правил ориентирования, движения по азимуту, обеспечения водой и питанием. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Оборудование временного жилища, добыча огня.*Практическая работа №1.* | §2зад.4,5 с.14 |
| 3. | Обеспечение личной безопасности на дорогах.Уголовная ответственность несовершеннолетних. | Основные причины ДТП. Роль«человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасногоповедения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанностиводителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах. Статьи уголовного и административного кодексов. | ПДД§ 3 воп. 1-4зад.1, 3 |
| 4. | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. | Обсуждение возможных ситуаций на улице, в общественных местах, на массовом мероприятии, в транспорте, подъезде дома, лифте.*Практическая работа №2.* | § 4зад.1-3с.24-25доп.матер-л |
| ***Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (3 ч.)*** |
| 5. | Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера. | Правила поведения во время землетрясения, сходе оползней, селей, обвалов, лавин, при возникновении ураганов, бурь, смерчей, при наводнении и природных пожарах.Отработка практических навыков безопасного поведения.*Практическая работа №3.* | схема «Виды ЧС»§ 5 воп.3зад.1-2 с.30§ 6воп.1-4зад.3,4 с.36 |  |
| 6. | Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера. | Правила поведения при пожарах и взрывах, при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ, при гидродинамических и транспортных авариях. Отработка практических навыков безопасного поведения.*Практическая работа №4.* | Выводы с.40§ 7 воп.1-4с.40§ 8 воп.1,2 |  |
| 7. | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи | История создания РСЧС, предназначение, цели и задачи, органы управления. Силы и средства РСЧС. | Выводы 1-4 с.62 воп.1-4 |
| ***Современный комплекс проблем безопасности социального характера (3 ч.)*** |
| 8. | Военные угрозы национальной безопасности России | Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. | § 9 воп.1-3сообщения по зад.1,2 с.50 |  |
| 9. | Характер современных войн и вооруженных конфликтов | Вооруженный конфликт, военный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война | § 10 воп.1,4 |  |
| 10. | Законодательные и нормативные правовые акты РФ по обеспечению безопасности. | Конституция РФ, ФЗ «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от ЧС», «О пожарной безопасности», «О ГО», «О безопасности дорожного движения», «О противодействию терроризму» и др. Краткое содержание, права и обязанности граждан. | § 11таблица ФЗсообщ. по зад.1,2 |  |
| **Раздел 2.Основы противодействия терроризму и экстремизму (4 ч)** |
| 11. | Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства | Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Пути распространения экстремистских идей. | § 13,14сообщ-я по зад.1,2 с.70,с.80воп.1-4 с.70 воп.1-3 с.80 |  |
| 12. | Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности | Законы и акты, направленные на защиту от экстремизма и терроризма | § 16 доп.мат. О стратегии нац.без-ти |  |
| 13. | Правила личной безопасности при угрозе террористического акта | Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения, если подвергались нападению с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке. О порядке приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону.*Практическая работа №5.* | § 23 выводы с.124, воп.1-4 доп.мат.с.125 |  |
| 14. | Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность | Основные статьи Уголовного кодекса и виды наказаний для террористов, экстремистов | § 21,22 УК РФвоп.1-4 с.112 |  |
| **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч.)** |
| 15. | Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика | Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Антигены и антитела. Иммунная реакция организма.Распространённые инфекционные заболевания. Внешние признаки инфекционных заболеваний. Способы профилактики. | таб.2 с.132воп. 1-5 § 25 |  |
| 16. | Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье.  | Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности. Рациональное питание, режим труда и отдыха. Двигательная активность, физическая культура и закаливание. | § 26,28 диаграмма факторовзад.1-3 с.142, борьба со стрессом с.151 |  |
| 17. | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека | Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учетвлияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.*Практическая работа №6.* | § 27зад. 1-3 с.146доп.мат.с.147 |  |
| 18. | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя, наркомании и токсикомании. | рекомендации с.157, воп. и зад. с.156 §29 |  |
| **Раздел 5.Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны (4 ч)** |
| 19. | Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи | История создания, предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ, силы и средства ГО. | § 30 зад. 1-3 на выбор одно,воп.1-4с.162 |  |
| 20. | Основные виды оружия и их поражающие факторы.Средства индивидуальной защиты. | Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.Средства защиты органов дыхания, кожи, правила их использования. Медицинские средства защиты. | § 31 воп.1-4зад.1-4с.168§ 34уст-во ГП-7,АИ-2зад.1-3 с.182 |  |
| 21. | Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения | Система оповещения, способы оповещения. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!», действия населения по сигналам оповещения. Защитные сооружения ГО, предназначение и виды. Правила поведения в защитных сооружениях. | § 32зад.1-3 с.172действия по сигналу «Внимание всем!»§ 33 воп.1 |  |
| 22. | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.Организация ГО в общеобразовательном учреждении. | Предназначение и содержание работ. Организация санитарной обработки населения после пребывания их в зоне заражения. Задачи обучения в области ГО, формы обучения. План ГО.*Практическая работа №8.* | § 35зад.1-4 с.186п.6.2§ 36зад.1,4 с.190 |  |
| **Раздел 6. Основы военной службы (12 ч.)** |
| ***Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества (3 ч.)*** |
| 23. | История создания Вооруженных Сил РФ. | Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, создание регулярной армии. Военные реформы во 2 половине XIXв., создание массовой армии. | § 37 сообщ-язад.1,4с.196 |  |
| 24. | Памяти поколений – дни воинской славы России. | Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории гос-ва. Формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. | § 38 зад.2,4Сообщения о победных днях |  |
| 25. | Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ | Виды и рода войск, история их создания. Предназначение различных родов войск. Сухопутные, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, космические войска. | § 39 воп.1-3схема зад.1-4 с.210 |  |
| ***Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск (6 ч.)*** |
| 26. | Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. | Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск. | § 40схемазад.1-4 с.216 |  |
| 27. | Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ. | Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение.Вооружение и военная техника. | § 41,42 схема воп.4 зад.2-4 с.220воп.4, зад.2 с.224 |  |
| 28. | Ракетные войска стратегического назначения. Вооружение и военная техника РВСН.  | Ракетные войска стратегического назначения (PBСH), их состав и предназначение.Вооружение и военная техника | § 43схема воп.4зад. с.228 |  |
| 29. | Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. | Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. | § 44Фильм «Никто, кроме нас!»зад.1-4 с.232 |  |
| 30. | Другие войска, их состав и предназначение с учетом кон­цепции государственной политики РФ по военному строительству. |  Пограничные войска Федеральной пограничной службы РФ, Внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, Железнодо­рожные войска РФ, войска Федерального агентства правительствен­ной связи и информации при Президенте РФ, войска гражданской обороны, их состав и предназначение. | § 45 воп.4схемазад.1-3 с.236§ 46схема, доп.мат.зад.1-3 с.240 |  |
| ***Боевые традиции Вооруженных Сил России (2 ч)*** |
| 31. | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. | Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Понятие о боевых традициях, героизме, мужестве, воинской доблести и чести. | Рефераты о героях Россиивоп.1-4 с.244зад.2,4 § 47статистика - с.245 |  |
| 32. | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. | Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни.  | Воп.3,4зад.1-3с.250 |  |
| ***Строевая подготовка (1 ч.)*** |
| 33. | Строи и управление ими | Основные термины и понятия строевой подготовки. Строевая подготовка при построениях, передвижениях, на занятиях по тактической и, огневой, физической подготовке и на других занятиях. Строевые приемы. | §58,59Выучить строевые приемы |  |
| ***Огневая подготовка (1 ч.)*** |
| 34. | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. |  Понятие огневой подготовки. Назначение, боевые свойства и комплектация автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. | § 64, 65зад. после § |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**по основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи**

**(девушки 10 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **Основной материал** | **Домашнее задание** | **Дата**  |
| ***I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни*** |
| 1 | Общие понятия о здоровье | Понятия о здоровье: индивидуальное, физическое, духовное. Факторы, влияющие на здоровье и благополучие. | §1.1воп.1-3с.13 |  |
| 2 | Репродуктивное здоровье и социально – демографические процессы в России | Понятие «репродуктивное здоровье». Мотивация на создание благополучной семьи. Обеспечение воспроизводства населения и демографической безопасности государства. | §1.2воп.1-3с.20 |  |
| 3 | Социальная роль женщины в современном обществе | Важные функции жизнедеятельности современной женщины. | §1.3воп.1,2с.21 доп.матер. |  |
| ***II. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие*** |
| 4 | Женская половая система и ее функционирование | Строение половой системы женщины и ее физиологические функции. Зачатие. | §2.1воп.1-3с.29 |  |
| 5 | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка | Наследственные болезни: хромосомные, мультифакториальные. Резус – фактор. | §2.2воп.1-3с.34 |  |
| 6 | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека | Загрязнение воды и атмосферы. Радиационное загрязнение. Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорожденного. | §2.3воп.1,2с.39 |  |
| 7 | Ранние половые связи и их последствия для здоровья | Причины ранних половых связей. Последствия для здоровья. | §2.5воп.1-3с.51 |  |
| ***III. Правовые аспекты взаимоотношения полов*** |
| 8 | Брак и семья. Культура брачных отношений | Семья. Брак. Функции семьи. Досуг семьи. Культура отношений. | §4.1заданияс.97 |  |
| 9 | Основы семейного права в Российской федерации | Семейно – брачные отношения. Семейный кодекс РФ. Права и обязанности супругов по законодательству. | §4.2воп.1-3с.103 |  |
| 10 | Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка» | Права и обязанности родителей. Права несовершеннолетних детей. Лишение родительских прав. | §4.3воп.1-3с.106 |  |
| ***IV. Беременность и уход за младенцем*** |
| 11 | Беременность и гигиена беременности | Понятие о беременности. Режим труда и отдыха беременной. Питание и двигательная активность беременной. Личная гигиена. | §5.1воп.1-3с.113 |  |
| 12 | Уход за младенцем | Рождение ребенка. Необходимые вещи для ухода за ребенком. Вскармливание. Гигиена ребенка. | §5.2воп.1-3с.118 |  |
|  | Итого  | **12** |  |

**Календарно-Тематическое планирование**

**11класс**

**Количество: 1час в неделю – 34 часа в год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **Основной материал** | **Дома****шнее зада****ние** | **Дата**  |
| **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (8 ч.)** |
| ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч.)*** |  |
| 1. | Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. | Пожары в жилых и общественных зданиях. Их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. | § 1 воп 1-3зад. с.9доп.матер-л |
| 2. | Правила личной безопасности при пожаре |  Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании. | §2зад. с.15доп.матер-л |  |
| 3. | Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года. |  Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. | § 3 воп. 1-4зад. с.21доп.матер-л |  |
| 4. | Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях | Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер. | § 4зад.1-3с.24-25доп.матер-л |  |
| **Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 ч.)** |
| ***Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации (4 ч.)*** |
| 5. | Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи. | Основные задачи национального антитеррористического комитета. | §5зад.1-3с.33доп.матер-л |  |
| 6. | Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции. | Контртеррористическая операция, ее предназначение и условия проведения, состав группировки сил и средств, включаемых в контртеррористическую операцию. Правовой режим контртеррористической операции. Окончание контртеррористической операции. | § 6,7зад.после§доп.матер-л |  |
| 7. | Роль и место ГО в противодействию терроризму | Силы гражданской обороны. Аварийно – спасательные и другие неотложные работы ГО. Предупреждение и пресечение террористической деятельности. | §8зад.1-3с.50доп.матер-л |  |
| 8. | Применение и участие ВС РФ в борьбе с терроризмом. Пресечение реррористической деятельности за пределами страны. | Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом как внутри собственной страны, так и за пределами её территорий. | §9, 10зад.после§доп.матер-л |  |
| **Раздел 3. Основымедицинских знаний и здорового образа жизни (14 ч.)** |
| ***Нравственность и здоровье (5 ч.)*** |
| 9. | Правила личной гигиены и здоровье человека | Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одеж­ды. Некоторые понятия об очищении организма | §11воп. 1-3зад.1,2 с. 63доп.матер-л |  |
| 10. | Нравственность и здоровый образ жизни.  | Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи. | §12воп. 1-4зад.1с. 67доп.матер-л |  |
| 11. | Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики |  Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. | §13воп. 1-4зад.1 с. 71доп.матер-л |  |
| 12. | Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции |  ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. | §14воп. 1-4зад.1с. 75доп.матер-л |  |
| 13. | Семья в современном обществе. Законодательство и семья.  |  Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанность родителей. Нормативно – правовые акты поддерживающие семью. | §15воп. 1-4зад.1с. 79доп.матер-л |  |
| ***Первая помощь при неотложных состояниях (9 ч.).*** |
| 14. | Первая медицинская помощь ее цели и задачи и основные правила оказания первой медицинской помощи. | Для чего и когда была создана первая медицинская помощь и комплекс реанимационных мер. Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи. | §18воп. 1-4зад.1,2 с. 91доп.матер-л |  |
| 15. | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. |  Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой медицинской помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте. | §16воп. 1-4зад.1с. 83доп.матер-л |  |
| 16. | Первая медицинская помощь при ранениях. |  Понятие о ране, разновидностях ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. | §17воп. 1-4зад.1 с. 87доп.матер-л |  |
| 17. | Виды кровотечений. Правила остановки кровотечений (практическое занятие). | Признаки артериального и венозного кровотечений, методы временной остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута. | §19воп. 1-4зад.1,2 с. 95доп.матер-л |  |
| 18. | Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. |  Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего. | §20воп. 1-4зад.1,2 с. 99доп.матер-л |  |
| 19. | Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. | Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Основные правила в оказании первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. | §21воп. 1-4зад.1,2 с. 103доп.матер-л |  |
| 20. | Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота | Черепно-мозговые травмы, основные причины их возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь.Травма груди, причины ее возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь.Травма живота, причины ее возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. | §22воп. 1-4зад.1,2 с. 107доп.матер-л |  |
| 21. | Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины..  | Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи. | §23воп. 1-4зад.1,2 с. 111доп.матер-л |  |
| 22. | Первая медицинская помощь при остановке сердца (практическое занятие) |  Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. | §24воп. 1-4зад.,1,2 с. 117доп.матер-л |  |
| **Раздел 6. Основы военной службы (12 ч.)** |
| ***Воинская обязанность (3 ч.)*** |
| 23. | Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязанности граждан по воинскому учету. | Обязанности граждан по защите государства; о воинской обязанности. Организация воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету. | §30-33зад.после§доп.матер-л |  |
| 24. | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет | Организация медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учет. | §38,39зад.после§доп.матер-л |  |
| 25. | Увольнение с военной службы и пребывания в запасе | Основы военной службы.Представление об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе.Осознанное самоопределение по отношению к военной службе | §40зад.после§доп.матер-л |  |
| ***Особенности военной службы (6 ч.)*** |
| 26. | Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. | Основные положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности и военной службе граждан.Статус военнослужащего. Права и свободы военнослужащего. | §41,42зад.после§доп.матер-л |  |
| 27. | Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ— законы воинской жизни | Нормативно-правовые акты, регламентирующих жизнь и быт военнослужащих; о предназначении общевоинских уставов Вооруженных Сил.Использование знаний для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы. | §45-48зад.после§доп.матер-л |  |
| 28. | Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России | Традиции ВС РФ. Развитие в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | §58воп.1-4зад.1с.269доп.матер-л |  |
| 29. | Прохождение военной службы по призыву | Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих; порядок прохождения военной службы по призыву; воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. | §61-63зад.после§доп.матер-л |  |
| 30. | Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. | 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.Направление граждан альтернативную гражданскую службу, организация и прохождение альтернативной службы. | §64-65зад.после§доп.матер-л |  |
| 31. | Права и ответственность военнослужащих. | Общие права и обязанности военнослужащих;виды ответственности, установленной для военнослужащих, значении воинской дисциплины и видах дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат и матросов*;* об уголовной ответственности за преступления против военной службы.  | §55, 56Подготовка сообщений,доп.матер-л |  |
| ***Символы воинской чести (3 ч.).*** |
| 32. | Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, до­блести и славы. |  Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отлича­ющий особенности боевого предназначения, истории и заслуг во­инской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания. | §27воп.1-4зад.1с.133доп.матер-л |  |
| 33. | Ордена - 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. | §28воп.1-4зад.1,2с.139доп.матер-л |  |
| 34. | Военная форма одежды. | Военная форма одежды и знаки различия по воинским званиям военнослужащих ВС РФ, других войск, воинских формирований. | §29воп.1-4зад.1с.269доп.матер-л |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**по основам медицинских знаний и оказанию первой медицинской помощи**

**(девушки 11 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **Основной материал** | **Домашнее задание** | **Дата**  |
| 1. **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**
 |
| ***Первая помощь при неотложных состояниях (6 ч.)*** |
| 1. | Виды повязок и правила их наложения (практический урок). | Виды повязок и правила их наложения. Учение о повязках (десмургия). | с.130доп.матер-л |  |
| 2. | Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе. | Определение теплового и солнечного удара, факторы образования и первая помощь. | с.145доп.матер-л |  |
| 3. | Первая медицинская помощь при ожогах и отморожениях. | Классификация ожогов и отморожений. Правила оказания первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. | с.143доп.матер-лс.148доп.матер-л |  |
| 4. | Первая медицинская при поражении электрическим током. | Условия получения электротравмы. Симптомы электротравмы. Первая медицинская при поражении электрическим током. | с.146доп.матер-л |  |
| 5. | Первая медицинская при переломах (практический урок). | Виды переломов. Оказание первой медицинской помощи при переломах. | с.133доп.матер-л |  |
| 6. | Первая медицинская помощь при отравлениях лекарственными препаратами и препаратами бытовой химии, алкоголем, никотином и угарным газом. | Отравление, как химическая травма. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. Удаление яда из организма. | с.134доп.матер-л |  |
| ***Здоровый образ жизни и его составляющие (4 ч.)*** |
| 7. | Стресс и его воздействие на человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. | Понятия стресс, дистресс и психологическая уравновешенность. Разработка собственной системы поведения для быстрого снятия стресса и сохранения психологической уравновешенности. | §3.1воп.1,2с.63 |  |
| 8. | Режим дня, труда и отдыха в подростковом и юношеском возрасте. | Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических сил и духовных качеств. | §3.2воп.1-3с.67практическое задание  |  |
| 9. | Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека. | Общие понятия об основных питательных веществах: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные элементы и вода. | §3.3 (часть)воп.1с.76 |  |
| 10. | Рациональное питание, его значение для здоровья. | Рациональное питание, составляющие правильного питания. Энергетическая ценность питательных веществ. Составление меню. | §3.3 (часть)воп.2-4с.76  |  |
| 11. | Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье.  | Понятие двигательной активности, влияние физической нагрузки на организм человека. Основные физические качества: быстроты, выносливость, гибкость. | §3.4воп.1,2с.79 |  |
| 12. | Контрольный урок. | Тестирование – проверка знаний за учебный год. |  |  |
|  | Итого  | **12** |  |