**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 1-3  зад. 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.* | | §2  зад.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. 1-4  зад.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.* | | § 4  зад.1-3  с.24-25  доп.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.3  зад.1-2 с.30  § 6  воп.1-4  зад.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.1-4  с.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.1-3  сообщения 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. | | § 11  таблица ФЗ  сообщ. 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. | | § 13,14  сообщ-я по зад.1,2 с.70,  с.80  воп.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 РФ  воп.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.132  воп. 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 факторов  зад.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. Учет  влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.  *Практическая работа №6.* | | § 27  зад. 1-3 с.146  доп.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.1-4  с.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.1-4  зад.1-4  с.168  § 34  уст-во ГП-7,  АИ-2  зад.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. | | § 32  зад.1-3 с.172  действия 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.* | | § 35  зад.1-4 с.186  п.6.2  § 36  зад.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-я  зад.1,4  с.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.2,4  Сообщения 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.1-3  схема  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. | | § 40  схема  зад.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.220  воп.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 | | § 43  схема воп.4  зад. с.228 |  |
| 29. | Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. | Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. | | § 44  Фильм «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.4  схема  зад.1-3 с.236  § 46  схема, 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 России  воп.1-4 с.244  зад.2,4 § 47  статистика - 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.3,4  зад.1-3  с.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. | | §58,59  Выучить 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, 65  зад. 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. | §1.1  воп.1-3  с.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. | §1.2  воп.1-3  с.20 |  |
| 3 | Социальная роль женщины в современном обществе | Важные функции жизнедеятельности современной женщины. | §1.3  воп.1,2  с.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. | §2.1  воп.1-3  с.29 |  |
| 5 | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка | Наследственные болезни: хромосомные, мультифакториальные. Резус – фактор. | §2.2  воп.1-3  с.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. | §2.3  воп.1,2  с.39 |  |
| 7 | Ранние половые связи и их последствия для здоровья | Причины ранних половых связей. Последствия для здоровья. | §2.5  воп.1-3  с.51 |  |
| ***III. Правовые аспекты взаимоотношения полов*** | | | | |
| 8 | Брак и семья. Культура брачных отношений | Семья. Брак. Функции семьи. Досуг семьи. Культура отношений. | §4.1  задания  с.97 |  |
| 9 | Основы семейного права в Российской федерации | Семейно – брачные отношения. Семейный кодекс РФ. Права и обязанности супругов по законодательству. | §4.2  воп.1-3  с.103 |  |
| 10 | Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка» | Права и обязанности родителей. Права несовершеннолетних детей. Лишение родительских прав. | §4.3  воп.1-3  с.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. | §5.1  воп.1-3  с.113 |  |
| 12 | Уход за младенцем | Рождение ребенка. Необходимые вещи для ухода за ребенком. Вскармливание. Гигиена ребенка. | §5.2  воп.1-3  с.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 1-3  зад. 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. | §2  зад. 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. 1-4  зад. 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. | § 4  зад.1-3  с.24-25  доп.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. | §5  зад.1-3  с.33  доп.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. | § 6,7  зад.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. | §8  зад.1-3  с.50  доп.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, 10  зад.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 | §11  воп. 1-3  зад.1,2 с. 63  доп.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. | §12  воп. 1-4  зад.1с. 67  доп.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. | §13  воп. 1-4  зад.1 с. 71  доп.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. | §14  воп. 1-4  зад.1с. 75  доп.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. | §15  воп. 1-4  зад.1с. 79  доп.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. | §18  воп. 1-4  зад.1,2 с. 91  доп.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. | §16  воп. 1-4  зад.1с. 83  доп.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. | §17  воп. 1-4  зад.1 с. 87  доп.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. | §19  воп. 1-4  зад.1,2 с. 95  доп.матер-л |  |
| 18. | Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. | Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего. | §20  воп. 1-4  зад.1,2 с. 99  доп.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. | §21  воп. 1-4  зад.1,2 с. 103  доп.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. | §22  воп. 1-4  зад.1,2 с. 107  доп.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. | §23  воп. 1-4  зад.1,2 с. 111  доп.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. | §24  воп. 1-4  зад.,1,2 с. 117  доп.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. | §30-33  зад.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. | §38,39  зад.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 | §40  зад.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. | §41,42  зад.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. | §45-48  зад.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 | §58  воп.1-4  зад.1  с.269  доп.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. | §61-63  зад.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. | §64-65  зад.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, 56  Подготовка 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. | §27  воп.1-4  зад.1  с.133  доп.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. | §28  воп.1-4  зад.1,2  с.139  доп.матер-л |  |
| 34. | Военная форма одежды. | Военная форма одежды и знаки различия по воинским званиям военнослужащих ВС РФ, других войск, воинских формирований. | §29  воп.1-4  зад.1  с.269  доп.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.130  доп.матер-л |  |
| 2. | Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе. | Определение теплового и солнечного удара, факторы образования и первая помощь. | с.145  доп.матер-л |  |
| 3. | Первая медицинская помощь при ожогах и отморожениях. | Классификация ожогов и отморожений. Правила оказания первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. | с.143  доп.матер-л  с.148  доп.матер-л |  |
| 4. | Первая медицинская при поражении электрическим током. | Условия получения электротравмы. Симптомы электротравмы. Первая медицинская при поражении электрическим током. | с.146  доп.матер-л |  |
| 5. | Первая медицинская при переломах (практический урок). | Виды переломов. Оказание первой медицинской помощи при переломах. | с.133  доп.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.134  доп.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. | §3.1  воп.1,2  с.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. | §3.2  воп.1-3  с.67  практическое 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.1  с.76 |  |
| 10. | Рациональное питание, его значение для здоровья. | Рациональное питание, составляющие правильного питания. Энергетическая ценность питательных веществ. Составление меню. | §3.3 (часть)  воп.2-4  с.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. | §3.4  воп.1,2  с.79 |  |
| 12. | Контрольный урок. | Тестирование – проверка знаний за учебный год. |  |  |
|  | Итого | | **12** |  |