

## 1. Планируемые результаты освоения курса

*Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:*

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ

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

**знать/понимать:**

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

**уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

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

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

## 2. Содержание учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности

### ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ МИНИМУМ СОДЕРЖАНИЯ ОСНОВНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

#### Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. *Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем*<sup>1</sup>.

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

---

<sup>1</sup> Курсивом в тексте выделен материал, который подлежит изучению, но не включается в Требования к уровню подготовки выпускников.

#### Государственная система обеспечения безопасности населения

*Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.*

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.

#### Основы обороны государства и воинская обязанность

Защита Отечества — долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации — основа обороны государства. *История создания Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск.*

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

*Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.*

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Количество часов в неделю - 1ч.

Количество часов в год - 34 ч.

№	Тема	Количество часов
1	<b>Основы военной службы</b>	24
2	<b>Основы здорового образа жизни</b>	10
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ОБЖ (11 класс)

№	Тема урока	Элементы содержания изучаемого материала в соответствии с ФКГ ос ОО,	Кол-во часов	Тип Урока	Форма урока	Средство обучения
<b>I</b>	<b>Основы военной службы</b>		<b>24</b>			
1	<b>Воинская</b>		<b>10</b>			
1.1	Основные понятия о воинской обязанности	<i>Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.</i>	1	КУ	лекция	Учебник
1.2	Организация воинского учета и его предназначение	<i>Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</i>	2	КУ	лекция	Учебник
1.3	Обязательная подготовка граждан к военной службе	<i>Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).</i>	2	КУ	лекция	Учебник
1.4	Добровольная подготовка граждан к военной службе	<i>Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.</i>	1	КУ	лекция	Учебник

1.5	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет	<i>Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет.</i> Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.	3	КУ	лекция	Учебник
1.6	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.	1		лекция	
<b>2</b>	<b>Особенности военной службы</b>		<b>8</b>			
2.1	Правовые основы военной службы. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года.	Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. <i>Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы.</i> Стратегия нац. безопасности РФ до 2020 г. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.	1	ку	лекция	Учебник, Плакаты, Бинты.
2.2	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни	Общевоинские уставы – нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.	1	ку	лекция	Учебник, Уставы.
2.3	Военная присяга — клятва воина на верность Родине – России	Военная присяга – основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.	1	ку	лекция	Учебник, Плакаты.
2.4	Прохождение военной службы по призыву	<i>Призыв на военную службу.</i> Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек. <i>Общие обязанности и специальные</i>	2	ку	лекция	учебник

2.5	Прохождение военной службы по контракту	<p><i>Основные условия прохождения военной службы по контракту.</i></p> <p>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.</p>	1	КУ	лекция	учебник
2.6	Права и ответственность военнослужащих	<p>Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).</p> <p>Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.</p> <p>Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).</p>	1	КУ	лекция	Учебник
2.7	Альтернативная гражданская служба	<p><i>Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».</i></p> <p><i>Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.</i></p> <p><i>Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.</i></p> <p><i>Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.</i></p> <p><i>Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.</i></p>	1	КУ	лекция	учебник
3	<b><u>Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил</u></b>		6			
3.1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	<p>Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание – защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.</p>	1	КУ	лекция	Учебник

3.2	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.	1	КУ	лекция	учебник
3.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	1	КУ	лекция	учебник
3.4	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	Единоначалие – принцип строительства Вооруженных сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, – постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.	1	ку	лекция	Учебник
3.5	Как стать офицером Российской армии	<i>Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных сил Российской Федерации.</i>	1	КУ	лекция	учебник
3.6	Международная (миротворческая) деятельность	Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной	1	КУ	лекция	Учебник,

	Вооруженных сил Российской Федерации	безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.				
II	<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>10</b>			
4	<b>Основы медицинских знаний</b>		<b>6</b>			
4.1	Правила личной гигиены и здоровье	<i>Репродуктивное здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Здоровый образ жизни. Уход за кожей, зубами и волосами. Некоторые понятия об очищении организма.</i>	1	КУ	лекция	учебник
4.2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов	<i>Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор).</i>	1	КУ	лекция	учебник
4.3	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики	<i>Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Факторы влияющие на укрепление и разрушение здоровья.</i>	1	КУ	лекция	учебник
4.4	СПИД и его профилактика	<i>ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД – это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.</i>	2	ку	лекция	учебник
4.5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	<i>Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.</i>	1	КУ	лекция	учебник
5	<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>		<b>4</b>			
5.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические	<i>Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.</i>	1	ПУ	практика	учебник

5.2	Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)	Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью. <i>Первая мед. помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях эл. током, кровотечениях.</i>	1	КУ	практика	учебник
5.3	Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)	<i>Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.</i> Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.	1	КУ	практика	учебник
5.4	Первая медицинская помощь при остановке сердца	Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. <i>Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.</i>	1	КУ	практика	учебник