****

**Рабочая программа**

 **по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**в 10 -11 классах**

**Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11х классов** разработана на основе Примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности, авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа. Программы общеобразовательных учреждений 5-11 классы для учителей общеобразовательных учреждений. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. -  Москва: «Просвещение», 2010.) и региональной учебной программы курса ОБЖ для 10-11 или 11-12 классов образовательных учреждений среднего (полного) общего образования Орловской области согласно приказу УОПО Орловской области №514 от 31.05 2000г., авторы А. В. Прошкин, методист ОИУУ по ОБЖ, С. А. Хворостянов, начальник учебно-методического центра по ГО и ЧС Орловской области.

Программа построена по четырем логически взаимосвязанным разделам:

**1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.**

**2. Основы военной службы.**

**3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**4. Военно-полевые учебные сборы.**

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10—11 классах направлено на достижение следующих целей и задач:

* усвоение и закрепление учащимися знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера, о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства; об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса; о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных  и чрезвычайных ситуаций; при угрозе террористического акта, о мерах профилактики наркомании; о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
* усвоение учащимися содержания основных положений Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму; нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;
* усвоение знаний о предназначении основных функций и задач Вооруженных Сил Российской Федерации; видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск; о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации; участии Вооруженных Сил России в контртеррористических операциях; Государственные и военные символы Российской Федерации;
* формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации Конституционного долга и обязанности по защите Отечества;
* развитие у учащихся личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное  поведение  в  различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта; потребности в соблюдении норм здорового образа; потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России, в области безопасности жизнедеятельности; физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

 **Планируемые предметные результаты освоения учебной программы.**

- формирование 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 защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

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

-  формирование представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- формирование представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

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

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

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

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

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

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

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

Настоящая программа рассчитана на **70 учебных часов в 10 классе** (**2 часа в неделю)** и **34 учебных часа в 11 классе (1 час в неделю)**, что соответствует федеральному  и школьному компоненту государственного стандарта среднего (полного) общего образования. При этом в ней предусмотрен **резерв** свободного учебного времени в объеме **4 учебных часов в 10 классе** и **2 учебных часов в 11классе** для реализации авторских подходов, использования разнообразных форм организации учебного процесса, внедрения современных методов обучения и педагогических технологий.
В конце периода обучения с учащимися 10 классовпроводятся 5-тидневные **военно-полевые учебные сборы** на базе воинской части – **35 часов.**

**СОДЕРЖАНИЕ  ПРОГРАММЫ**

**10 класс**

**Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.**

**Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения.**

**1.1  Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.** Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.

 **1.2 Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера, при проведении массовых мероприятий.**  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: на рынке, на стадионе, на вокзале и т. д.

**1.3** **Уголовная ответственность несовершеннолетних.** Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм. Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

**1.4 Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.** Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера -  геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.

**1. 5-6 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.** Законы РФ по обеспечению безопасности. Положения Конституции Российской Федерации, основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

**Тема 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.**

**2.1   ГО, основные понятия и определения. Задачи гражданской обороны.** Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

**2.2 Современное ядерное оружие, его поражающие факторы.**

**2.3 Химическое оружие, опасные отравляющие вещества. Бактериологическое оружие, современные средства поражения.** Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

**2.4 Оповещение и информирование населения об опасностях, ЧС мирного и военного времени.** Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

**2.5 Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС.** Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

**2.6 Средства индивидуальной защиты.** Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

**2.7-2.8 Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.** Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

**2.9 Приборы дезометрического и химического контроля.**

**2.10 Контрольное занятие по первому разделу.**

**Раздел 2. Основы военной службы.**

**Тема 3.** **Виды Вооруженных сил Российской Федерации – защитники нашего Отечества.**

**3.1.История создания ВС РФ, их назначение на различных этапах развития.** Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.

**3.2 Организационная структура ВС РФ. Виды ВС РФ.** Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск. Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. Ракетные войска стратегического назначения (PBСH), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение.

**3.3 Другие вооружённые формирования, их основные структуры.** Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Пограничные органы Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Войска гражданской обороны МЧС России.

**3.4 Концепция национальной безопасности.** Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. Характер современных войн. Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война Международный терроризм. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный терроризм. Наркобизнес и  национальная безопасность России. Основные составляющие наркобизнеса.

 **3.5 Основные направления реформ ВС РФ.** Ориентация на повышение эффективности ВС РФ, упрочение морально психологического состояния, улучшение материально-технического и социального обеспечения (оптимизация системы органов военного управления, структуры, состава и численности военной организации, сбалансированное развитие ее компонентов;
сведение к минимуму числа министерств и ведомств, которым разрешено иметь в своем составе войска и воинские формирования;
совершенствование стратегического планирования, приведение объема и содержания задач военной организации в соответствие с реальными потребностями обороны и безопасности Российской Федерации, исключение несвойственных военной организации государства функций и задач;
совершенствование систем боевой и мобилизационной готовности, мобилизационной подготовки в военной организации Российской Федерации; повышение эффективности системы оперативной и боевой подготовки, воспитания военнослужащих; переход на единую систему заказов вооружения и военной техники общего применения;
структурное, технологическое и качественное преобразование материально-технической базы военной организации, оборонного промышленного комплекса; переход к единой, интегрированной и унифицированной системе тылового обеспечения всех компонентов военной организации государства;
повышение социального статуса военнослужащих; проведение активной государственной политики по укреплению авторитета военной службы, а также по военно-патриотическому воспитанию граждан и подготовке их к военной службе; совершенствование нормативной правовой базы развития военной организации, ее правоотношений с гражданским обществом и государством на демократических принципах).

**Тема 4. Боевые традиции Вооруженных Сил России.**

**4.1 Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.** Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма. Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

**4.2.**  **Войсковое товарищество — славная традиция армии и флота.**

    Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

**4. 3** **Дни воинской славы России.** Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

**Тема 5. Символы воинской чести.**

 **5.1** **Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.** Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

**5.2 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.

**5.3 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.** Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

**Тема 6. Воинская обязанность.**

**6.1 Основные понятия о воинской обязанности.** Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы, **прохождение военных сборов в** период пребывания в запасе. Мобилизация. Военное положение. Военное время.

**6.2 Организация воинского учёта и его предназначение.** Задачи воинского учета. Лица, подлежащие воинскому учету и исключения. История комплектования войск в России. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе».

**6.3 Подготовка граждан к воинской службе.** Обязательная подготовка: медицинское освидетельствование и лечебно-оздоровительные мероприятия.Добровольная подготовка гражданина к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта, овладение военно-учетными специальностями, обучение в учреждениях среднего (полного) общего образования с дополнительной образовательной программой, имеющей целью военную подготовку несовершеннолетних граждан, обучение студентов (курсантов) по программе подготовки офицеров запаса на военных кафедрах при вузах.

**6.4 Обязанности граждан по медицинскому освидетельствованию при постановке на учёт.** Организация медицинского освидетельствования. Требования к состоянию здоровья граждан, поступающих на военную службу. Категории годности к военной службе.

**Тема 7. Прикладная физическая подготовка.**

**7.1-7.2-7.3-7.4 Комплексы вольных упражнений №1,2 (НФП-87)**

**7.5-7.6-7.7 Силовые упражнения.**

изолирующее упражнение является оптимальным для развития рельефа и формирования задней поверхности бедра. Необходимо расположиться на специальной скамье таким образом, чтобы колени слегка вылезали за ее края. Валики должны упереться в заднюю поверхность лодыжек. Надо ухватиться за специальные рукоятки, которые обычно располагаются под изголовьем с боков скамьи. Сделав вдох и задержав дыхание, необходимо согнуть ноги в колеях, потянув валики вверх. Достигнув максимального положения, надо остановиться на несколько секунд, напрягая при этом как можно сильнее

**7.8-7.9 Гранатометание или кроссовая подготовка.**

Метание гранаты на дальность (юноши) -700 гр.

Оценка «5» - 28м, оценка «4» - 23м, оценка «3» - 18м.

 Метание гранаты на дальность (девушки)- 500 гр.

Оценка «5» - 23м, оценка «4» - 18м, оценка «3» - 15м.

**7.10 Контрольное занятие.**

**Тема 8. Огневая подготовка.**

**8.1 Назначение и тактико-технические данные АК-74.**

История создания. ТТХ Автомата Калашникова АК-74: вес, длинна, ширина, высота, скорострельность, прицельная дальность. Назначение.

**8.2 Назначение частей и механизмов АК -74.**

Назначение основных частей: ствол, ствольная коробка, крышка ствольной коробки, прицельное приспособление, приклад, затворная рама, затвор, возвратный механизм, газовая трубка и ствольная накладка, ударно-спусковой механизм, цевьё, магазин, штык-нож.

**8.3 Принцип работы частей и механизмов АК-74.**

**8.4 Неполная разборка и сборка АК-74.**

**8.5 Приёмы и правила стрельбы.**

Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы. Правила стрельбы.

**8.6 Изготовка и правила прицеливания.**

Принятие положения для стрельбы лежа, с колена, стоя и заряжание автомата.

**8.7 Меры безопасности при стрельбе и обращение с оружием.**

**8.8-8.9 Практические стрельбы из пневматического или малокалиберного оружия.**

**8.10 Ручные осколочные гранаты.**

Характеристики осколочной гранаты Ф-1. Устройство гранаты Ф-1. Ручная осколочная граната РГД-5. Характеристики осколочной гранаты РГД-5. Устройство гранаты РГД-5. Унифицированный запал ручной гранаты. Осколочные гранаты РГО и РГН. Ударно-дистанционный запал УДЗ.

**Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Тема 9. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных болезней.**

**9.1 Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юношей и девушек к трудовой деятельности и военной службе.**

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

**9.2 Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.**

Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний. Внешние признаки инфекционного заболевания.

**Тема 10. Основы здорового образа жизни.**

**10.1 ЗОЖ 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.

**10.2 Биоритмы и работоспособность человека.**

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

**10.3 Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.**

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

**10.4 Вредные привычки и их влияние на здоровье.**

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Наркомания и токсикомания. Курение и употребление алкоголя – разновидность наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотика.

**10.5 Профилактика вредных привычек.**

Профилактика наркомании, чистота и культура в быту. Правила личной гигиены.

**10.6 Контрольное занятие.**

**Раздел 4. Военно-полевые учебные сборы.**

**Тема 11. Основы военной подготовки.**

**11.1 Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.**

**11.2 Размещение и быт военнослужащих.**

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Посещение военнослужащих.

**11.3 Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.**

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда. Развод суточного наряда. Обязанности дневального по роте.

**11.4 Организация караульной службы. Обязанности часового.**

 Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

**11.5 Строевая подготовка.**

Строевая стойка. Строевые приёмы на месте. Направо, налево, кругом. Строевой шаг. Движение строевым шагом.

**11.6 Огневая подготовка.**

Устройство пневматической винтовки. Правила стрельбы. Меры безопасности при проведении стрельб. Правила прицеливания и производства стрельбы из пневматической винтовки. Предназначение, боевые характеристики и устройство автомата Калашникова. Порядок неполной разборки – сборки автомата Калашникова.

**11.7 Тактическая подготовка.**

Действие солдата в наступлении. Действия солдата в обороне.

**11.8 Физическая подготовка.**

**11.9 Контрольно-проверочное занятие по выполнению задач и нормативов.**

**11.10 Подведение итогов учебных сборов.**

**11 класс**

**Раздел 1 Основы военной службы.**

**Тема 1. Особенности военной службы.**

**1.1 Правовые основы военной службы, Конституция Российской Федерации, федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе».** Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего.Льготы, предоставляе­мые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные ас­пекты международного права.

**1.2 Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни.** Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооружённых сил Российской Федерации, Строевой устав.

**1.3 Военная присяга – клятва воина на верность Родине-России.** Военная присяга - основой 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.

**1.4 Прохождение воинской службы по призыву.** Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих Вооружённых сил Российской Федерации. Военная форма одежды.

**1.5 Прохождение воинской службы по контракту.** Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

 **1.6 Права и ответственность военнослужащих.**

 Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыска­ния, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (не­выполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между во­еннослужащими, самовольное оставление части и др.).

**Тема 2. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство ВС РФ.**

**2.1 Военнослужащий патриот, несущий звание защитника Отечества.** 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.

**2.2 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.

**2.3 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 вида Вооружённых сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необхо­димость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к воен­ной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам при­зывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинско­го коллектива (экипажа, боевого расчета).

**2.4 Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, 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 своим командирам и начальникам, при выполне­нии воинского долга проявлять разумную инициативу.

**2.5 Как стать офицером ВС РФ, высшие военно-учебные заведения.** Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования; правила приема в военные образовательные учреждения.

**2.6 Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.** Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих опера­циях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

**Тема 3. Основы военного дела.**

**3.1 Понятие о бое, виды боя, обязанности солдата в бою.** Определение что такое бой, цель боя, характеристика современного боя, виды боевых действий и их характеристика. Огонь – основное средство подразделения для уничтожения противника в современном бою. Обязанности солдата в бою.

**3.2 Организация мотострелкового отделения, его вооружение и боевые возможности.** Состав мотострелкового отделения. Экипировка. Боевые возможности: огневые средства МСО и маневренные. Боевой порядок мотострелкового отделения.

**3.3 Понятие об опорном пункте в обороне. Порядок её выбора и оборудования.**

**3.4 Способы передвижения солдата в бою.**

**Тема 4. Строевая подготовка.**

**4.1 Элементы строя. Строевая стойка. Повороты на месте.**

**4.2 Строевой шаг. Движение строевым шагом.**

**4.3 Повороты в движении.**

**4.4 Выход из строя. Постановка в строй. Поход к начальнику и отход от него.**

**Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Тема 5. Основы здорового образа жизни.**

**5.1 Болезни, передаваемые половым путём. СПИД, его профилактика.** Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

**Тема 6. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.**

**6.1 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и остановке сердца.** Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании ПМП. 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. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. ПМП при инсульте.

**6.2 Первая медицинская помощь при ранениях.** Причины и признаки кровотечений. Виды ранений. Понятие об асептике и антисептике. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие, наложение жгута и жгута–закрутки, максимальное сгибание конечности, наложение давящей повязки, возвышенное положение.

**6.3 Первая медицинская помощь при травмах.**

Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм и основные правила в оказании первой медицинской помощи. Причины и признаки, возможные последствия, ПМП травм головы, груди, живота. Причины и признаки, возможные последствия, ПМП травм таза, позвоночника, спины. Причины, признаки и последствия травматического шока.

**6.4 Итоговое занятие.**

**Тема 7. День защиты детей.**

 **ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОКАХ ОБЖ:**

* Анализ выступлений одноклассников.
* Самостоятельная работа с учебником, с электронными образовательными ресурсами.
* Подготовка и представление публичных выступлений.
* Отбор и сравнение материалов из различных источников.
* Решение ситуативных задач.

**Формы организации учебной деятельности**

Проведение уроков лекций, обобщение материала, конференций, зачетов, практических занятий, видеоуроки, урок-игра, интерактивные уроки, уроки-презентации, экскурсий, практикумов и др.

* урок первичного предъявления новых знаний;
* урок повторения;
* контрольный урок;
* комбинированный урок;
* урок применения предметных знаний, умений, навыков;
* урок обобщения и систематизации предметных знаний, умений, навыков;
* урок решения практических проектных задач;
* урок-экскурсия.

**Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ в 10 общеобразовательном классе.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела программы, темы урока  | Кол-во часов | Дата | Примечание |
| план | факт |
| **І раздел** | **Безопасность и защита человека** **в опасных и чрезвычайных** **ситуациях.**   |  |  |  |  |
| **Тема 1** | **Опасные и чрезвычайные** **ситуации, возникающие** **в повседневной жизни и** **правила безопасного поведения.** |  |  |  |  |
| 1.1 | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. | 2 |  |  |  |
| 1.2 | Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера, при проведении массовых мероприятий.  | 1 |  |  |  |
| 1.3 | Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 1 |  |  |  |
| 1.4 | Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. | 2 |  |  |  |
| 1.5-1.6 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. | 2 |  |  |  |
| **Тема 2** | **Гражданская оборона —** **составная часть обороноспо-****собности страны.** |  |  |  |  |
| 2.1 | ГО, основные понятия и определения. Задачи гражданской обороны. | 1 |  |  |  |
| 2.2 | Современное ядерное оружие, его поражающие факторы. | 1 |  |  |  |
| 2.3 | Химическое оружие, опасные отравляющие вещества. Бактериологическое оружие, современные средства поражения.  | 2 |  |  |  |
| 2.4 | Оповещение и информирование населения об опасностях, ЧС мирного и военного времени. | 1 |  |  |  |
| 2.5 | Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС.  | 1 |  |  |  |
| 2.6 | Средства индивидуальной защиты.  | 2 |  |  |  |
| 2.7-2.8 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. | 1 |  |  |  |
| 2.9 | Приборы дезометрического и химического контроля. | 3 |  |  |  |
| 2.10 | Контрольное занятие по первому разделу. | 1 |  |  |  |
| **ІІ раздел** |  **Основы военной службы.** |  |  |  |  |
| **Тема 3** | **Виды Вооруженных сил** **Российской Федерации –** **защитники нашего Отечества.** |  |  |  |  |
| 3.1 | История создания ВС РФ, их назначение на различных этапах развития. | 2 |  |  |  |
| 3.2 | Организационная структура ВС РФ. Виды ВС РФ. | 3 |  |  |  |
| 3.3 | Другие вооружённые формирования, их основные структуры. | 1 |  |  |  |
| 3.4 | Концепция национальной безопасности. | 1 |  |  |  |
| 3.5 | Основные направления реформ ВС РФ.  | 1 |  |  |  |
| **Тема 4** | **Боевые традиции Вооружен-****ных Сил России.** |  |  |  |  |
| 4.1 | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. | 1 |  |  |  |
| 4.2 | Войсковое товарищество — славная традиция армии и флота.    | 1 |  |  |  |
| 4. 3 | Дни воинской славы России. | 1 |  |  |  |
| **Тема 5** | **Символы воинской чести.** |  |  |  |  |
| 5.1 | Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. | 1 |  |  |  |
| 5.2 | Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.   | 1 |  |  |  |
| 5.3 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.  | 1 |  |  |  |
| **Тема 6** | **Воинская обязанность.** |  |  |  |  |
| 6.1 | Основные понятия о воинской обязанности. | 1 |  |  |  |
| 6.2 | Организация воинского учёта и его предназначение.  | 1 |  |  |  |
| 6.3 | Подготовка граждан к воинской службе. | 1 |  |  |  |
| 6.4 | Обязанности граждан по медицинскому освидетельствованию при постановке на учёт.  | 1 |  |  |  |
| **Тема 7** | **Прикладная физическая** **подготовка.** |  |  |  |  |
| 7.1-7.2-7.3-7.4 | Комплексы вольных упражнений №1,2 (НФП-87) | 3 |  |  |  |
| 7.5-7.6-7.7 | Силовые упражнения. | 3 |  |  |  |
| 7.8-7.9 | Гранатометание или кроссовая подготовка.  | 2 |  |  |  |
| 7.10 | Контрольное занятие. | 1 |  |  |  |
| **Тема 8** | **Огневая подготовка.** |  |  |  |  |
| 8.1 | Назначение и тактико-технические данные АК-74.  | 1 |  |  |  |
| 8.2 | Назначение частей и механизмов АК -74. | 1 |  |  |  |
| 8.3 | Принцип работы частей и механизмов АК-74. | 1 |  |  |  |
| 8.4 | Неполная разборка и сборка АК-74. | 1 |  |  |  |
| 8.5 | Приёмы и правила стрельбы. | 1 |  |  |  |
| 8.6 | Изготовка и правила прицеливания. | 1 |  |  |  |
| 8.7 | Меры безопасности при стрельбе и обращение с оружием. | 1 |  |  |  |
| 8.8-8.9 | Практические стрельбы из пневматического или малокалиберного оружия. | 2 |  |  |  |
| 8.10 | Ручные осколочные гранаты.  | 1 |  |  |  |
| **ІІІ раздел** |  **Основы медицинских знаний и** **здорового образа жизни.** |  |  |  |  |
| **Тема 9** |  **Основы медицинских** **знаний и профилактика** **инфекционных болезней.** |  |  |  |  |
| 9.1 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юношей и девушек к трудовой деятельности и военной службе.  | 1 |  |  |  |
| 9.2 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. | 1 |  |  |  |
| **Тема 10** | **Основы здорового образа жизни.** |  |  |  |  |
| 10.1 | ЗОЖ и его составляющие. | 1 |  |  |  |
| 10.2 | Биоритмы и работоспособность человека. | 1 |  |  |  |
| 10.3 | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. | 1 |  |  |  |
| 10.4 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. | 1 |  |  |  |
| 10.5 | Профилактика вредных привычек.   | 1 |  |  |  |
| 10.6 | Контрольное занятие. | 1 |  |  |  |
| **Резерв 4 часа:** 1 часпо теме **«**Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера, при проведении массовых мероприятий», 1 час по теме «Средства индивидуальной защиты», 1 час по теме «Неполная разборка и сборка АК-74», 1 час по теме «Практические стрельбы из пневматического или малокалиберного оружия».Всего: 70 часов    |
| **ІV раздел**  | **Военно-полевые учебные** **сборы.**  |  |  |  |  |
| **Тема 11.** | **Основы военной подготовки.** |  |  |  |  |
| 11.1 | Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках. | 1 |  |  |  |
| 11.2 | Размещение и быт военнослужащих.  | 2 |  |  |  |
| 11.3 | Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.  | 2 |  |  |  |
| 11.4 | Организация караульной службы. Обязанности часового. | 2 |  |  |  |
| 11.5 | Строевая подготовка.    | 6 |  |  |  |
|  11.6 | Огневая подготовка.  | 6 |  |  |  |
| 11.7 | Тактическая подготовка.  | 6 |  |  |  |
| 11.8 | Физическая подготовка. | 6 |  |  |  |
| 11.9 | Контрольно-проверочноезанятие по выполнению задач и нормативов. | 1 |  |  |  |
| 11.10 | Подведение итогов учебных сборов. | 1 |  |  |  |
|  | **Резерв 2 часа**: 1 час по теме «Строевая подготовка» и 1 час по теме «Огневая подготовка». Всего 35 часов. |

**Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ в 11 общеобразовательном классе.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела программы, темы урока  | Кол-во часов | Дата | Примечание |
| план | факт |
| **І раздел** |  **Основы военной службы.** |  |  |  |  |
| **Тема 1.** | **Особенности военной** **службы.** |  |  |  |  |
| 1.1  | Правовые основы военной службы, Конституция Российской Федерации, федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе».  | 2 |  |  |  |
| 1.2 | Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни. | 2 |  |  |  |
| 1.3 | Военная присяга – клятва воина на верность Родине-России.  | 1 |  |  |  |
| 1.4 | Прохождение воинской службы по призыву.  | 1 |  |  |  |
| 1.5 | Прохождение воинской службы по контракту.  | 1 |  |  |  |
| 1.6 | Права и ответственность военнослужащих. | 1 |  |  |  |
| **Тема 2.** | **Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство ВС РФ.** |  |  |  |  |
| 2.1 | Военнослужащий патриот, несущий звание защитника Отечества. | 1 |  |  |  |
| 2.2 | Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.  | 1 |  |  |  |
| 2.3 | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.  | 1 |  |  |  |
| 2.4 | Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. | 2 |  |  |  |
| 2.5 | Как стать офицером ВС РФ, высшие военно-учебные заведения.  | 1 |  |  |  |
| 2.6 | Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ.  | 1 |  |  |  |
| **Тема 3.** | **Основы военного дела.** |  |  |  |  |
| 3.1 | Понятие о бое, виды боя, обязанности солдата в бою.  | 2 |  |  |  |
| 3.2 | Организация мотострелкового отделения, его вооружение и боевые возможности. | 2 |  |  |  |
| 3.3 | Понятие об опорном пункте в обороне. Порядок её выбора и оборудования. | 1 |  |  |  |
| 3.4 | Способы передвижения солдата в бою. | 1 |  |  |  |
| **Тема 4.** | **Строевая подготовка.** |  |  |  |  |
| 4.1 | Элементы строя. Строевая стойка. Повороты на месте. | 1 |  |  |  |
| 4.2 | Строевой шаг. Движение строевым шагом. | 2 |  |  |  |
| 4.3 | Повороты в движении. | 1 |  |  |  |
| 4.4 | Выход из строя. Постановка в строй. Поход к начальнику и отход от него. | 1 |  |  |  |
| **Раздел 2.** | **Основы медицинских** **знаний и здорового образа жизни.** |  |  |  |  |
| **Тема 5.** | **Основы здорового образа жизни.** |  |  |  |  |
| 5.1 | Болезни, передаваемые половым путём. СПИД, его профилактика. | 1 |  |  |  |
| **Тема 6.** | **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.** |  |  |  |  |
| 6.1 | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и остановке сердца. | 1 |  |  |  |
| 6.2 | Первая медицинская помощь при ранениях. | 1 |  |  |  |
| 6.3 | Первая медицинская помощь при травмах. | 1 |  |  |  |
| 6.4 | Итоговое занятие. | 1 |  |  |  |
| **Тема 7.** | **День защиты детей.**  | 1 |  |  |  |
| Резерв 2 часа: 1 час по теме «Первая медицинская помощь при ранениях» и 1 час по теме «Первая медицинская помощь при травмах». Всего 34 часа. |