

Краснодарский край
Город-курорт Сочи
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 100 г. Сочи

УТВЕРЖДЕНО

решение педагогического совета

от «___» _____ 2017 г. протокол №___

Председатель _____ С.А. Пинязева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образования (класс): **среднее общее образование, 10-11 классы**

Количество часов по программе: **102 часа**

10 класс – 68

11 класс – 34

Учитель: **Кузнецов Николай Евгеньевич**

Программа разработана в соответствии и на основе:

- Федерального компонента государственного стандарта среднего общего образования, 2004 год;
- Основной образовательной программы среднего общего образования МОБУ СОШ №100 г. Сочи;
- Авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений (авторы - А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников). Москва. «Просвещение». 2011 год.

Учебники:

Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 класс: учебник / А.Т.

Смирнов, Б. О. Хренников. – М: Просвещение

Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

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.

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

Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

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 природного и техногенного характера

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.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской

деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

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 успешно выполнять обязанности 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 – разновидности наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью потребления 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 правильного взаимоотношения 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-инфекции. 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, разновидность 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.

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. Обязанности учащихся.

Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества

История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

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 (ВДВ), их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны.

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 России.

Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

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. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на 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 основное предназначение.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистам 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 и порядок его проведения.

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

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

Раздел 7. Основы военной службы

Размещение и быт военнослужащих

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.

Организация караульной службы

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

Строевая подготовка

Строй и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строй отделения, развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

Огневая подготовка

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

Тактическая подготовка

Современный бой. Обязанности солдата в бою.

Особенности военной службы

Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы.

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 – подчинённый, 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.

Учебные сборы(5 дней, 35 учебных часов)

Содержание программы «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (для девушек). 10-11 классы

Раздел 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основные инфекционные заболевания и их профилактика

Основные кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика

Основные неинфекционные заболевания, факторы риска их возникновения.

Ишемическая болезнь сердца. Факторы риска ее возникновения.

Первая помощь при травмах и ранениях

Значение своевременного оказания первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего.

Оказание первой помощи при ушибах, вывихи растяжениях.

Оказание первой помощи при ранении. Меры остановки кровотечения

Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах опорно-двигательного аппарата.

Виды повязок и правила их наложения

Основные приемы транспортной иммобилизации пострадавших и правила их транспортировки

Первая помощь при отравлениях

Оказание первой помощи при отравлениях лекарственными препаратами.

Оказание первой помощи при отравлениях алкоголем и никотином.

Оказание первой помощи при отравлениях препаратами бытовой химии.

Оказание первой помощи при отравлении угарным газом.

Оказание первой помощи при отравлении аварийно химически опасными веществами (АХОВ)

Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током

Оказание первой помощи при термических ожогах.

Оказание первой помощи при отморожении.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах.

Оказание первой помощи при поражении электрическим током.

Первая помощь при массовых поражениях

Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений.

Медицинские средства защиты и профилактики.

Раздел2. Основы здорового образа жизни

Здоровье и здоровый образ жизни

Здоровье, общие понятия и определения

Факторы, влияющие на здоровье

Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России

Роль государства в обеспечении демографической безопасности

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества

Репродуктивное здоровье женщин и факторы, на него влияющие

Вредные привычки и их влияние на здоровье

Наркомания, ее последствия, профилактика наркомании

Ранние половые связи и их последствия для здоровья

Инфекции, передаваемые половым путем, меры их профилактики

Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья

Стресс и его воздействие на человека

Режим дня, труда и отдыха

Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека

Рациональное питание и его значение для здоровья

Влияние двигательной активности на здоровье человека

Закаливание и его влияние на здоровье

Правила личной гигиены и здоровье человека

Правовые аспекты взаимоотношения полов

Брак и семья. Культура брачных отношений

Основы семейного права Российской Федерации

Права и обязанности родителей. Конвенция

ООН «О правах ребенка»

Беременность и уход за младенцем

Влияние здоровья женщины в период беременности на здоровье будущего ребенка. Нормы здорового образа жизни, которые желательно соблюдать в период беременности.

Образ жизни матери в первые шесть месяцев жизни ребенка

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета ОБЖ в 10 и 11 классах в программе (автор А.Т.Смирнов) предусмотрены 70 часов на 2 года (по одному часу в неделю в каждом классе). Этот объем для учебного предмета ОБЖ определен на базовом уровне (разделы 1-6 программы). На профильном уровне для изучения предмета предусмотрено 140 часов (1-7 разделы программы).

Продолжительность учебного года для 10-11-х классов составляет 34 учебные недели. Соответственно на преподавание предмета «ОБЖ» отводится 68 часов в 10-х классах (по 2 часа в неделю) и 34 часа в год в 11 классе (по 1 часу в неделю). Исходя из этого, в 10-х классах изучается полностью 1-7 разделы программы (70 часов), уменьшение часов до 68 произведено за счет сжатия часов темы 9 занятия 1. с 2-х часов до одного часа и темы 20 «Огневая подготовка» с 4-х часов до 3-х. В 11-х классах уменьшение количества часов с 70 (для профильного уровня) до 34 (для базового уровня), определено выбором разделов программы с 1-го по 6-й - всего 40 часов, и сокращено до 34-х за счет формирования увеличения подачи учебного материала и компоновки его (из-за общей тематики) из 2-х занятий в одно.

Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с учащимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) учебных сборов в течении 5 дней (35 часов).

В соответствии с положениями нормативно – правовых актов РФ в области подготовки граждан к военной службе раздел 7 «Основы военной службы» изучается в обязательном порядке только с учащимися – гражданами мужского пола. Подготовка учащихся – граждан женского пола по основам военной службы может осуществляться только в добровольном порядке, с ними в это время в обязательном порядке проводятся занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний

Тематическое планирование

10 класс

Номер темы	Название модуля, раздела, темы	К -во часов	Основное содержание
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства	23	
	Раздел 1 Основы комплексной безопасности	10	

1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4	1.1 Автономное пребывание человека в природной среде. 1.2 Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. 1.3 Обеспечение личной безопасности на дорогах. 1.4 Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях
2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.	4	2.1 ЧС природного характера и возможные их последствия. 2.2 Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. 2.3 ЧС техногенного характера и возможные их последствия. 2.4 Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.
3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера.	2	3.1 Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. 3.2 Характер современных войн и вооруженных конфликтов
	<i>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</i>	2	
4	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2	4.1 Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС. 4.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.
	<i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.</i>	11	
5	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.	4	5.1 Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. 5.2 Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. 5.3 Экстремизм и экстремистская деятельность. 5.4 Основные принципы и направления действия террористической и экстремистской деятельности.
6	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	2	6.1 Положения Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». 6.2 Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.

7	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	2	7.1 Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. 7.2 Культура безопасности жизнедеятельности – условия формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.
8	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.	2	8.1 Уголовная ответственность за террористическую деятельность. 8.2 Ответственность за осуществление экстремистской деятельности
9	Обеспечение личной безопасности При угрозе террористического акта	1	9.1 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	6	
	<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>	6	
10	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2	10.1 Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности. 10.2 Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.
11	Здоровый образ жизни и его составляющие.	4	11.1 Здоровый образ жизни. 11.2 Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. 11.3 Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. 11.4 Вредные привычки, их влияние на здоровье, профилактика вредных привычек.
	Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства	39	
	<i>Раздел 6 .Основы обороны государства</i>	19	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.
12	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	7	12.1 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. 12.2 Основные виды оружия и их поражающие факторы. 12.3 Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. 12.4 Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. 12.5 Средства индивидуальной защиты. 12.6 Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. 12.6 Организация гражданской обороны в ООУ.
13	Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.	3	13.1 История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. 13.2 Памяти поколений – дни воинской славы России. 13.3 Состав Вооруженных Сил РФ.

			Руководство и управление ВС РФ
14	Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации войск	7	14.1 Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. 14.2 Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС. 14.3 Военно-морской флот (ВМФ), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ 14.4 Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. 14.5. Воздушно-десантные войска), их состав и предназначение. 14.6. Космические войска, их состав и предназначение. Войска воздушно космической обороны. 14.7. Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ.
15	Боевые традиции Вооруженных Сил России.	2	15.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника отечества. 15.2. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.
	Раздел 7. Основы военной службы	20	
16	Размещение и быт военнослужащих	3	16.1. Размещение военнослужащих 16.2. Распределение времени и повседневный порядок. 16.3. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих
17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	3	17.1. Суточный наряд. Общие положения. 17.2. Обязанности дежурного по роте. 17.3. Обязанности дневального по роте
18	Организация караульной службы	3	18.1. Организация караульной службы. Общие положения 18.2. Часовой и его неприкосновенность. 18.3. Обязанности часового
19	Строевая подготовка	6	19.1. Строи и управление ими 19.2. Строевые приемы и движение без оружия 19.3. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении 19.4. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. 19.5. Строи отделения, развернутый строй, походный строй 19.6. Выполнение воинского приветствия в строю в строю, на месте и в движении
20	Огневая подготовка	3	20.1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова 20.2. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова

			20.3. Приемы и правила стрельбы из автомата
21	Тактическая подготовка	2	20.1. Современный бой 20.2. Обязанности солдата в бою
	ИТОГО:	68	

Таблица тематического распределения часов при раздельном обучении юношей и девушек (10 класс)

Юноши			Девушки		
Номер темы	Название модуля, раздела, темы	К-во часов	Номер темы	Название модуля, раздела, темы	К-во часов
	Раздел 7. Основы военной службы	20		Раздел 1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	20
16	Размещение и быт военнослужащих	3	1	Основные инфекционные заболевания, меры профилактики	2
17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	3	2	Основные неинфекционные заболевания, и их профилактика	2
18	Организация караульной службы	3	3	Первая помощь при травмах и ранениях	6
19	Строевая подготовка	6	4	Первая помощь при отравлениях	5
19	Огневая подготовка	4	5	Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током	4
20	Тактическая подготовка	1	6	Первая помощь при массовых поражениях	1
	ВСЕГО	20		ВСЕГО	20

Номер темы	Название модуля, раздела, темы	К - во часов	Основное содержание
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства	10	
	<i>Раздел 1 Основы комплексной безопасности</i>	4	
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4	1.1 Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области ПБ. 1.2. Правила личной безопасности при пожаре. 1.3. Обеспечение личной безопасности на водоёмах. 1.4. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых
	<i>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.</i>	6	
2	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.	6	2.1. Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи. 2.2. Контртеррористическая операция и условия её проведения. 2.3. Правовой режим контртеррористической операции. 2.4. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. 2.5. Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. 2.6. Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12	
	<i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</i>	4	
3	Нравственность и здоровье	4	3.1. Правила личной гигиены. 3.2. Нравственность и здоровый образ жизни. 3.3. Инфекции , передаваемые половым путем. Меры их профилактики. 3.4. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. 3.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья
	<i>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>	8	
4	Первая помощь при неотложных состояниях	8	4.1. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. 4.2. Первая помощь при ранениях. 4.3. Основные правила оказания первой помощи. 4.4. Правила остановки артериального

			кровотечения. 4.5. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего 4.6. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. 4.7. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. 4.8. Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. 4.9. Первая помощь при остановке сердца
	Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства	12	
	<i>Раздел 6. Основы обороны государства</i>	12	
5	Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.	2	5.1. Основные задачи современных Вооруженных Сил России. 5.2. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных сил Российской Федерации.
6	Символы военной чести	2	6.1. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. 6.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. 6.3. Военная форма одежды.
7	Воинская обязанность	8	7.1. Основные понятия о воинской обязанности. 7.2. Организация воинского учета. 7.3. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. 7.4. Обязанности граждан по воинскому учету. 7.5. Обязательная подготовка граждан к военной службе. 7.6. Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям 7.7. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям. 7.6. Добровольная подготовка граждан к военной службе. 7.9. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. 7.10. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. 7.11. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.
	ИТОГО	34	

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.
Программа для девушек (10 – 11классы)

Данная программа предназначена для углубленного изучения основ медицинских знаний с учащимися (гражданами женского пола) 10 – 11 классов.

Программа разработана в соответствии с нормативно – правовыми актами РФ в области подготовки граждан к военной службе. Программа реализует положение о добровольной подготовке учащихся – граждан женского пола по основам военной службы и организации с ними отдельно от учащихся – граждан мужского пола занятий по углубленному изучению основ медицинских знаний

Тематический план программы разработан в объеме учебного времени (51 час), отведенного на изучение раздела 7 «Основы военной службы» в общей рабочей программе.

Программа включает в себя два раздела и 11 тем.

Раздел 1 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (21 ч, 6 тем) изучается в 10 классе.

Раздел 2 «Основы здорового образа жизни» (30 ч, 5 тем) изучается в 11 классе (на профильном уровне)

Занятия по данной программе проводят преподаватели, прошедшие специальную подготовку по основам медицинских знаний и здоровому образу жизни в образовательных учреждениях дополнительного образования

По итогам изучения данной программы в 11 классе учащимся(гражданам женского пола) выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации

Поскольку в 11-х классах на базовом уровне 7-й раздел «Основы военной службы» не изучается и в соответствии с федеральным БУП количество часов в 11-х классах 1 час в неделю(34 ч. в год), соответственно раздел «Основы здорового образа жизни» девушками 11-го класса не изучается.

Тематическое планирование 10 класс (девушки)

Номер темы	Название раздела, темы	К-во часов	Основное содержание
	<i>Раздел 1. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи</i>	20	
1	Основные инфекционные заболевания, меры профилактики	2	1.1. Основные кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез, ботулизм) 1.2. Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулез)
2	Основные неинфекционные заболевания и их профилактика	2	2.1 Основные неинфекционные заболевания, факторы риска их возникновения. 2.2. Ишемическая болезнь сердца. Факторы риска ее возникновения.
3	Первая помощь при травмах и ранениях	6	3.1. Значение своевременного оказания первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего. 3.2. оказание первой помощи при ушибах, вывихи

			растяжениях. 3.3. Оказание первой помощи при ранении. Меры остановки кровотечения 3.4. Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах опорно-двигательного аппарата. 3.5 Виды повязок и правила их наложения 3.6. Основные приемы транспортной иммобилизации пострадавших и правила их транспортировки.
4	Первая помощь при отравлениях	5	4.1. Оказание первой помощи при отравлениях лекарственными препаратами. 4.2. Оказание первой помощи при отравлениях алкоголем и никотином. 4.3. Оказание первой помощи при отравлениях препаратами бытовой химии. 4.4. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом. 4.5. Оказание первой помощи при отравлении аварийно химически опасными веществами (АХОВ).
5	Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током	4	5.1. Оказание первой помощи при термических ожогах. 5.2. Оказание первой помощи при отморожении. 5.3. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. 5.4. Оказание первой помощи при поражении электрическим током.
6	Первая помощь при массовых поражениях	1	6.1. Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений. 6.2. Медицинские средства защиты и профилактики.
	ИТОГО	20	

Тематическое планирование 11 класс (девушки)

Номер темы	Название раздела, темы	К-во часов	Основное содержание
	<i>Раздел 2. Основы здорового образа жизни</i>	30	
7	Здоровье и здоровый образ жизни	7	7.1 Здоровье, общие понятия и определения 7.2 Факторы, влияющие на здоровье 7.3 Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России 7.4 Роль государства в обеспечении демографической безопасности 7.5 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества

8	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие	8	8.1 Женская половая система и ее функционирование 8.2 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка 8.3 Влияние окружающей среды на здоровье человека 8.4 Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорожденного 8.5 Вредные привычки и их влияние на здоровье 8.6 Наркомания, ее последствия, профилактика наркомании 8.7 Ранние половые связи и их последствия для здоровья 8.8 Инфекции, передаваемые половым путем, меры их профилактики
9	Здоровый образ жизни- неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья	7	9.1 Стресс и его воздействие на человека 9.2 Режим дня, труда и отдыха 9.3 Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека 9.4 Рациональное питание и его значение для здоровья 9.5 Влияние двигательной активности на здоровье человека 9.6 Закаливание и его влияние на здоровье 9.7 Правила личной гигиены и здоровье человека
10	Правовые аспекты взаимоотношений полов	3	10.1 Брак и семья. Культура брачных отношений 10.2 Основы семейного права Российской Федерации 10.3 Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»
11	Беременность и уход за младенцем	5	11.1 Беременность 11.2 Уход за младенцем
	итого	30	