

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Павлова Людмила Станиславовна
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 13.11.2025 10:53:31
Уникальный программный ключ:
d1b168d67b4d7601372f8158b54869a0a60b0a21

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Тверской государственный университет»
Институт непрерывного образования

Академическая гимназия имени П.П. Максимовича

План одобрен
педагогическим советом
Академической гимназии
Протокол:
№ ПС-25-08-28 «28» августа 2025 г.



«Утверждено»

И.о. проректора по ОД

Л. С. Павлова

19.09.25

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам безопасности и защиты Родины (ОБЗР)
для 10-11 классов
(базовый уровень)
(с аннотацией)

Инженерное направление (профиль)
Информационно-технологическое направление (профиль)
Лингвистическое направление (профиль)
Медико-биологическое направление (профиль)
Правовое направление (профиль)
Психолого-педагогическое направление (профиль)
Физико-математическое направление (профиль)
Филологическое направление (профиль)
Химико-технологическое направление (профиль)
Эколого-географическое направление (профиль)
Экономико-управленческое направление (профиль)

2025-2026 учебный год

2026-2027 учебный год

Согласовано:

Директор Академической гимназии

С. Н. Смирнов

Руководитель программы среднего общего образования

Е.М. Мельников

Составитель:

Преподаватель основ безопасности и защиты Родины

Тверь 2025

АННОТАЦИЯ

Рабочая программа по основам безопасности и защиты Родины (ОБЗР) (базовый уровень) адресована обучающимся 10–11 классов Академической гимназии следующих направлений (профилей): инженерного, информационно-технологического, лингвистического, медико-биологического, правового, психолого-педагогического, физико-математического, филологического, химико-технологического, эколого-географического и экономико-управленческого. Она составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и конкретизирует его содержание: дает распределение учебных часов по всем разделам курса и определяет последовательность изучения тем и разделов с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся.

Опасные и чрезвычайные ситуации, усиление глобальной конкуренции и напряженности в различных областях межгосударственного и межрегионального взаимодействия требуют формирования у обучающихся компетенции в области личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира, а также готовности к выполнению гражданского долга по защите Отечества.

Целью изучения и освоения программы учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО.

Программа учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» предполагает получение знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умений безопасно использовать различное учебное оборудование, в т. ч. других предметных областей, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Данная рабочая программа включает пять разделов: пояснительную записку (содержит концепцию и актуальность программы, цели и задачи курса, принципы отбора учебного материала, критерии оценки обучающихся и т.д.); требования к уровню подготовки обучающихся (система знаний, умений и навыков, сформированных в результате изучения курса); содержание тем учебного курса; календарно-тематическое планирование (содержит распределение учебных часов по темам с указанием вида урока, форм контроля и прогнозируемого результата обучения); учебно-методическое обеспечение (учебная и дополнительная литература, интернет-ресурсы, необходимое оборудование и дидактический материал).

Внеурочная деятельность по предмету предусматривается в форме реализации подготовки к конференциям, участие в патриотических мероприятиях и олимпиадах.

Рабочая программа предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» в объеме 34 часов за год по 1 часу в неделю (34 учебные недели) в 10 классе и в объеме 34 часов за год по 1 часу в неделю (34 учебные недели) в 11 классе. *Данная программа может быть реализована в дистанционном формате.*

Режим занятий: 1 академический час в неделю.

Статус программы

Данная рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ;
- приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (ред. от 11.12.2020) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
- приказом Министерства просвещения РФ от 23 ноября 2022 г. N 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»;
- приказом Минпросвещения России от 21.09.2022 N 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»;
- учебника: Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2012.
- учебника: Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2012.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Концепция (основная идея) программы

При изучении курса «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающиеся получают полное представление об организации защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз; систематизируют свои знания в вопросах обеспечения личной безопасности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; получают представление о единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), об основных государственных принципах и направлениях противодействия террористической и экстремистской деятельности; формируют умения по оказанию первой помощи при неотложных случаях. Кроме того, уделяется внимание истории создания Российской армии, ее организационной структуре, видам и родам войск, роли и месту современных Вооруженных Сил России в системе национальной безопасности страны.

Актуальность, значимость курса

Актуальность данного курса обусловливается необходимостью воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества. В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» гимназисты научатся понимать логику происходящих событий, анализировать различные жизненные ситуации, делать объективные выводы и формировать в себе жизненно важные качества, присущие Человеку и Гражданину России.

Логическая связь данного предмета с остальными предметами учебного плана

Успешное освоение содержания «Основ безопасности жизнедеятельности» требует межпредметного взаимодействия с курсами естествознания, биологии, химии, истории, географии, обществознания, права, физической культуры.

Цели обучения:

- 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 здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения 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.

Задачи обучения:

- воспитание потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- выработка невосприимчивости к вредным привычкам;
- умение обеспечивать личную безопасность в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование умения безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- подготовка к различным видам активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
- формирование бдительности и навыков безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- формирование навыков оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

Принципы отбора материала и обоснование структуры программы

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

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

Учебный материал в 10 классе разбит на следующие модули и разделы:

1. Основы безопасности личности, общества и государства:
 - 1) Основы комплексной безопасности (5 ч.);
 - 2) Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (3 ч.);
 - 3) Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (7 ч.).
2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:
 - 1) Основы здорового образа жизни (6 ч.).
3. Обеспечение военной безопасности государства:
 - 1) Основы обороны государства (7 ч.);
 - 2) Основы военной службы (7 ч.).

Учебный материал в 11 классе разбит на следующие модули и разделы:

1. Основы безопасности личности, общества и государства:
 - 1) Основы комплексной безопасности (4 ч.);

- 2) Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (3 ч.).
2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:
 - 1) Основы здорового образа жизни (4 ч.);
 - 2) Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6 ч.).
3. Обеспечение военной безопасности государства:
 - 1) Основы обороны государства (7 ч.);
 - 2) Основы военной службы (10 ч.).

В 11 классе обучающиеся систематизируют и углубляют свои знания, полученные на уроках ОБЖ в 10 классе. Особое внимание уделяется вопросам здорового образа жизни и формированию умений по оказанию первой помощи при неотложных состояниях.

Общая характеристика учебного процесса (формы и технологии обучения, виды уроков)

Формой организации учебного процесса является урок. Наиболее распространенной технологией обучения, основанной на классно-урочной организации учебного процесса, является дифференцированное обучение.

В процессе образовательной деятельности используются различные педагогические технологии:

1. **Технология личностно-ориентированного обучения** основывается на учете индивидуальных особенностей обучающихся, где во главе угла ставится самобытность ребенка, его самооценку, т. е. развитие личностных особенностей обучающегося, раскрытие его природного потенциала. Целью данного обучения является создание психолого-педагогических условий, позволяющих в едином классном коллективе работать с ориентацией не на «усредненного» ученика, а с каждым в отдельности. Преобладающим методом обучения является поисково-исследовательский, познавательный через самостоятельную деятельность.

2. **Современные информационные технологии** (работа с интерактивной доской, интернет-ресурсами, электронными приложениями, мультимедийными материалами).

3. **Нетрадиционные формы организации уроков** (урок-конференция, урок взаимообучения, урок-экскурсия и др.).

Формы и методы контроля

В процессе обучения используется три вида контроля: предварительный, текущий и итоговый.

Используются следующие формы контроля: самостоятельные и контрольные работы, практикумы, тестирование, презентации.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне обучающийся 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 природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- 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 подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

Уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности 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;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

10 класс (всего 35 ч., 1 ч. в неделю)

№ п/п	Название раздела	Основные изучаемые вопросы
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (15 ч.)		
1.	Основы комплексной безопасности (5 ч.)	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Современный комплекс проблем безопасности военного характера. Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов
2.	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (3 ч.)	Нормативно-правовая база по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.
3.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (7 ч.)	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 противодействия террористической и экстремистской деятельности. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности - условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 ч.)		
4.	Основы здорового образа жизни (6 ч.)	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности.

		Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
	Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (12 ч.)	
5.	Основы обороны государства (6 ч.)	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Вооружённые Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Памяти поколений - дни воинской славы России. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство 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 СВ. 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 (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСИ. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение. 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
6.	Основы военной службы (6 ч.)	Размещение и быт военнослужащих. Обязанности лиц суточного наряда. Распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного по роте Обязанности дневального по роте. Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового. Строевая подготовка. Строи 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. Строи 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.
	Итоговый контроль (2 ч.)	
	ВСЕГО: 35 ч.	

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

11 класс (всего 34 ч., 1 ч. в неделю)

№ п/п	Название темы	Основные изучаемые вопросы
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (7 ч.)		
1.	Основы комплексной безопасности (4 ч.)	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоёмах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.
2.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (3 ч.)	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.
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч.)		
3.	Основы здорового образа жизни (4 ч.)	Нравственность и здоровье. Правила личной гигиены. Нравственность и здоровый образ жизни. Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.
4.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6 ч.)	Первая помощь при неотложных состояниях. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при ранениях. Основные правила оказания первой помощи. Правила остановки артериального кровотечения. 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 травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Первая помощь при остановке сердца.
Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (15 ч.)		
5.	Основы обороны государства (7 ч.)	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 - символ воинской чести, достоинства и славы. Ордена - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Военная форма одежды. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям. Подготовка граждан по военно-учётным

		специальностям. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.
6.	Основы военной службы (8 ч.)	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 (принесения 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.
	Итоговый контроль (2 ч.)	
	ВСЕГО: 34 ч.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс (всего 35 ч., 1 ч. в неделю)

№ урока	Дата	Наименование тем	Прогнозируемый результат	Вид урока	Форма контроля	Домашнее задание
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (15 ч.)						
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (5 ч.)						
1.		Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (1 ч.)	<u>Знать:</u> • об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них; • правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций и ситуациях военного характера; • правила поведения в криминогенных ситуациях; <u>Уметь:</u> • называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях; • объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера; • применять правила личной безопасности на дорогах. <u>Использовать:</u> • приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности; • рекомендации по обеспечению личной без-	Урок изучения нового материала	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, презентации, тестирование, практическая работа «Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования, решение ситуационных задач	
2.		Чрезвычайные ситуации природного характера (1 ч.)		Комбинированный урок		
3.		Чрезвычайные ситуации техногенного характера (1 ч.)		Комбинированный урок		
4.		Современный комплекс проблем безопасности военного характера (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
5.		Обобщающее повторение по разделу «Основы комплексной безопасности» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		

			опасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного и военного характера;			
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (3 ч.)						
6.		Нормативно-правовая база по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (1 ч.)	<u>Знать:</u> • предназначение, структуру и задачи РСЧС; • основные задачи государственных служб по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. • потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; <u>Уметь:</u> • владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; • пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; • работать с нормативно-правовыми документами по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <u>Использовать</u> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи; • развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	Комбинированный урок	Фронтальный и индивидуальный устный опрос, практическая работа с нормативно-правовыми документами, тестирование	
7.		Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
8.		Обобщающее повторение по разделу «Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (7 ч.)						

9.		Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (1 ч.)	<u>Знать:</u> • нормативно-правовую базу борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации; • основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности; • об уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности; • факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность, профилактику их влияния; • правила обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта; <u>Уметь:</u> • работать с нормативно-правовыми документами по борьбе с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации; • применять правила обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта; • воспитывать культуру безопасности жизнедеятельности как условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления; <u>Использовать</u> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • развития черт личности, противостоящих вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность; • безопасного поведения при угрозе террористического акта.	Урок изучения нового материала	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, практическая работа с нормативно-правовыми документами, презентации, тестирование, решение ситуационных задач	
10.		Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации (1 ч.)		Комбинированный урок		
11.		Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
12.		Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (1 ч.)		Комбинированный урок		
13.		Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 ч.)		Комбинированный урок		
14.		Обобщающее повторение по разделу «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		
15.		Обобщающее повторение по модулю «Основы безопасности личности, общества и государства» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч.)						
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 ч.)						
16.		Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (1 ч.)	<u>Знать:</u> • основные определения и понятия здоровья и факторы, влияющие на него; • основные составляющие здорового образа жизни, их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; • основные инфекционные заболевания, их классификацию и профилактику; • о профилактике вредных привычек; • о значении двигательной активности для здоровья человека; <u>Уметь:</u> • учитывать в повседневной жизни факторы, способствующие укреплению здоровья; • противостоять вредным привычкам и другим факторам, разрушающим здоровье; • применять профилактические меры для предотвращения инфекционных заболеваний; • подбирать комплекс физических упражнений, оптимальных для укрепления здоровья и поддержания работоспособности; <u>Использовать</u> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний; • для ведения здорового образа жизни; • оказания первой медицинской помощи.	Урок изучения нового материала	Фронтальный и индивидуальный устный опрос, практическая работа «Основы медицинских знаний», презентации, тестирование, решение ситуационных задач	
17.		Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (1 ч.)				
18.		Биологические ритмы, их влияние на работоспособность человека (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
19.		Значение двигательной активности для здоровья человека (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
20.		Вредные привычки, их влияние на здоровье, их профилактика (1 ч.)		Комбинированный урок		
21.		Обобщающее повторение по модулю «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		
Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (12 ч.)						
Раздел 5. Основы обороны государства (6 ч.)						

22.		Гражданская оборона. Основные виды оружия (1 ч.)	<u>Знать:</u> • о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах; • способы оповещения населения о ЧС; • о современных средствах поражения и их поражающих факторах; • виды защитных сооружений и правила поведения в них; • основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики; • об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС; • об организации ГО в общеобразовательном учреждении, правила поведения обучающихся при получении сигнала о ЧС; • историю создания Вооружённых сил России, их состав, предназначение, организационную структуру, ритуалы; • о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; • о днях воинской славы и о формах увековечения памяти; • основные государственные награды за военные заслуги; <u>Уметь:</u> • предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления; • использовать средства коллективной защиты; • пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской	Урок изучения нового материала	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, практическая работа с федеральными законами, презентации, тестирование, решение ситуационных задач	
23.		Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайной ситуации (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
24.		Вооружённые Силы Российской Федерации (1 ч.)		Комбинированный урок		
25.		Дни воинской славы России. Герои России (1 ч.)		Комбинированный урок		
26.		Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации (1 ч.)		Комбинированный урок		
27.		Боевые традиции Вооружённых Сил России (1 ч.)		Урок изучения нового материала		

			аптечкой); - действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»; - оценивать уровень своей подготовленности к военной службе; Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: - обеспечения личной безопасности в зонах чрезвычайных ситуаций; - осознанного самоопределения по отношению к военной службе; - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;			
Раздел 6. Основы военной службы (6 ч.)						
28.		Размещение и быт военнослужащих. Обязанности лиц суточного наряда (1 ч.)	Знать: - принципы размещения военнослужащих, распределение времени; - общие положения о суточном наряде; обязанности дежурного и дневального по роте; - общие положения об организации караульной службы; обязанности часового; - виды строя и правила управления им; - строевые приёмы и правила движения без оружия; - выполнять строевые команды; - особенности современного боя; - обязанности солдата в бою. Уметь: - выполнять воинское приветствие в строю,	Комбинированный урок	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, практическая работа с нормативно-правовыми документами, презентации, тестирование, решение ситуационных задач	
29.		Организация караульной службы (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
30.		Строевая подготовка (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
31.		Огневая подготовка (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
32.		Тактическая подготовка (1 ч.)		Урок изучения нового материала		

33.		Обобщающее повторение по модулю «Обеспечение военной безопасности государства» (1 ч.)	без оружия, на месте и в движении; осуществлять выход из строя и возвращение в строй; подход к начальнику; • применять приёмы и правила стрельбы из пневматической винтовки. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • осознанного самоопределения по отношению к военной службе; • развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	Урок обобщения и систематизации знаний		
Итоговый контроль (2 ч.)						
34.		Итоговая контрольная работа (1 ч.)		Урок контроля знаний	Контрольная работа	
35.		Анализ итоговой контрольной работы (1 ч.)		Урок анализа результатов	Работа над ошибками	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс (всего 34 ч., 1 ч. в неделю)

№ уро-ка	Дата	Наименование тем	Прогнозируемый результат	Вид урока	Форма контроля	Домашнее задание
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (7 ч.)						
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (4 ч.)						
1.		Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре (1 ч.)	<u>Знать:</u> - права и обязанности граждан в области пожарной безопасности; - правила личной безопасности при пожаре, на водоеме, в бытовых ситуациях; <u>Уметь:</u> - применять правила личной безопасности в различных бытовых ситуациях - применять правила личной безопасности на водоёмах <u>Использовать</u> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: - обеспечения личной безопасности при пожаре, на водоёмах, в различных бытовых ситуациях; - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.	Урок изучения нового матери-ала	Фронтальный и индивидуальный устный опрос, презентации, те-стирование, реше-ние ситуационных задач	
2.		Обеспечение личной безопасности на водоё-мах (1 ч.)		Урок изучения нового матери-ала		
3.		Обеспечение личной безопасности в различ-ных бытовых ситуациях (1 ч.)		Урок изучения нового матери-ала		
4.		Обобщающее повторе-ние по разделу « Основы комплексной безопасно-сти» (1 ч.)		Урок обобщения и систематиза-ции знаний		
Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (3 ч.)						
5.		Национальный антитер-рористический комитет, его предназначение, структура и задачи (1 ч.)	<u>Знать:</u> предназначение, структуру и задачи НАК;	Урок изучения нового матери-ала	Фронтальный уст-ный опрос, пре-зентации, тести-рование	

6.		Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом (1 ч.)	• назначение контртеррористической операции и условия её проведения; • роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму;	Урок изучения нового материала		
7.		Обобщающее повторение по разделу «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» (1 ч.)	• условия применения Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом внутри страны и за ее пределами; <u>Уметь:</u> • применять правила обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта; • воспитывать культуру безопасности жизнедеятельности как условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления; <u>Использовать</u> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • развития черт личности, противостоящих вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность; • безопасного поведения при угрозе террористического акта; • вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.	Урок обобщения и систематизации знаний		
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч.)						
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (4 ч.)						
8.		Правила личной гигиены (1 ч.)	<u>Знать:</u>	Комбинированный урок	Фронтальный и индивидуальный	

9.		Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики (1 ч.)	• об основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; • факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни; • об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение БППП; • о путях заражения ВИЧ- инфекции; • о профилактике СПИДа; • об ответственности за заражение ВИЧ-инфекцией; • об основах законодательства РФ о семье. Уметь: • применять правила личной гигиены в повседневной жизни; • оценивать риск заражения инфекциями, передаваемые половым путём; • ориентироваться в нормативно-правовых документах; • воспитывать в себе качества, необходимые для создания прочной семьи. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • ведения здорового образа жизни; • самовоспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.	Урок изучения нового матери-ала	устный опрос, презентации, те-стирование, ра-бота с норма-тивно-правовыми документами, ре-шение ситуацион-ных задач	
10.		Семья в современном об-ществе. Законодатель-ство и семья (1 ч.)		Урок изучения нового матери-ала		
11.		Обобщающее повторе-ние по разделу «Основы здорового образа жизни» (1 ч.)		Урок обобщения и систематиза-ции знаний		
Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6 ч.)						
12.		Первая помощь при острой сердечной недо-статочности и инсульте (1 ч.)	Знать: • правила оказания первой медицинской по-	Комбинирован-ный урок	Фронтальный и индивидуальный устный и пись-менный опрос,	

13.		Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при ранениях (1 ч.)	мощи при сердечной недостаточности и инсульте; • виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки; • правила оказания первой медицинской помощи при травмах; • о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приёмах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Уметь: • оказывать первую медицинскую помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте; • оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях; • оказывать первую медицинскую помощь при травмах, растяжениях; • проводить искусственную вентиляцию легких и непрямого массажа сердца. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • оказания первой медицинской помощи; • вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.	Комбинированный урок	презентации, тестирование, практические работы по темам «Первая помощь при ранениях», «Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата», «Правила остановки артериального кровотечения», решение ситуационных задач	
14.		Правила остановки артериального кровотечения. Способы переноски пострадавшего (1 ч.)		Комбинированный урок		
15.		Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата; при черепно-мозговой травме, травме груди, живота (1 ч.)		Комбинированный урок		
16.		Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины, при остановке сердца (1 ч.)		Комбинированный урок		
17.		Обобщающее повторение по разделу «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		
Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (15 ч.)						
Раздел 5. Основы обороны государства (7 ч.)						

18.		Основные задачи современных Вооружённых Сил России (1 ч.)	<u>Знать:</u> • обязанности граждан по защите государства; • об организации воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету; • о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе; • требования, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим профессиональным качествам гражданина; • об основных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе; • об организации медицинского освидетельствования при первоначальной постановке на воинский учёт; • о категориях годности к военной службе; • об организации профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет; • об основах военной службы; • об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе. <u>Уметь:</u> • ориентироваться в нормативно-правовых документах, связанных с призывом на военную службу; • развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы; • различать почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	Урок изучения нового материала	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, презентации, тестирование, работа с нормативно-правовыми документами	
19.		Символы воинской чести (1 ч.)		Комбинированный урок		
20.		Воинская обязанность. Организация воинского учёта (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
21.		Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
22.		Медицинское освидетельствование граждан при постановке их на воинский учёт (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
23.		Увольнение с военной службы и пребывание в запасе (1 ч.)		Урок изучения нового материала		
24.		Обобщающее повторение по разделу «Основы обороны государства» (1 ч.)		Урок обобщения и систематизации знаний		

			Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • осознанного самоопределения по отношению к военной службе; • развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; • первоначальной постановки на воинский учет;			
Раздел 6. Основы военной службы (8 ч.)						
25.		Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права (1 ч.)	Знать: • положения законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности, военной службе граждан; • о предназначении общевоинских уставов Вооружённых Сил; • нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих; • традиции и ритуалы ВС РФ; • об организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек; • порядок прохождения военной службы по призыву; • воинские звания военнослужащих Вооружённых сил Российской Федерации; • основные условия прохождения военной службы по контракту; • права и обязанности военнослужащих; • виды ответственности, установленной для военнослужащих;	Комбинированный урок	Фронтальный и индивидуальный устный и письменный опрос, презентации, тестирование, работа с нормативно-правовыми документами, защита рефератов	
26.		Общевоинские уставы (1 ч.)		Комбинированный урок		
27.		Основные виды и особенности воинской деятельности (1 ч.)		Комбинированный урок		
28.		Моральные и индивидуальные качества гражданина, необходимые для воинской деятельности (1 ч.)		Комбинированный урок		
29.		Основные обязанности военнослужащих (1 ч.)		Комбинированный урок		
30.		Прохождение военной службы по призыву (1 ч.)		Комбинированный урок		
31.		Прохождение военной службы по контракту (1 ч.)		Комбинированный урок		

32.		Обобщающее повторение по модулю «Обеспечение военной безопасности государства» (1 ч.)	• об основных качествах военнослужащего. • особенности прохождения альтернативной гражданской службы. Уметь: • ориентироваться в нормативно-правовых документах, связанных с прохождением военной службы; • различать воинские звания; • осознанно выбирать способ прохождения военной службы (по призыву, по контракту, альтернативная служба). Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • осознанного самоопределения по отношению к военной службе; • развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; • оценки своей подготовленности к военной службе.	Урок обобщения и систематизации знаний		
Итоговый контроль (2 ч.)						
33.		Итоговая контрольная работа (1 ч.)		Урок контроля знаний	Контрольная работа	
34.		Анализ итоговой контрольной работа (1 ч.)		Урок анализа результатов	Работа над ошибками	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2012.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2012.

Оборудование: см. приложение 1.

Дидактический материал: схемы, таблицы, раздаточный материал (тесты, тексты законов и др.).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература, использованная при подготовке программы

1. Федеральный государственный образовательного стандарта по ОБЖ. URL: <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=941>
2. Примерная программа среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (базовый уровень).
URL: <http://window.edu.ru/library/pdf2txt/217/37217/14230>
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа 5-11 классы / под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2011.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.scrf.gov.ru> - Совет безопасности РФ
2. <http://www.mvd.ru/> - Министерство внутренних дел РФ
3. <http://www.emercom.gov.ru> - МЧС России
4. <http://www.minzdrav-rf.ru> - Министерство здравоохранения РФ
5. <http://www.mil.ru> - Министерство обороны РФ
6. <http://www.ed.gov.ru> - Министерство образования и науки РФ
7. <http://www.mnr.gov.ru> - Министерство природных ресурсов РФ
8. <http://www.fsgv.ru> - Федеральная служба железнодорожных войск РФ
9. <http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm> - Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды
10. <http://www.fps.gov.ru> - Федеральная пограничная служба
11. <http://www.gan.ru> - Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности
12. <http://www.gov.ed.ru> - Русский образовательный портал
13. <http://www.school.edu.ru> - Федеральный российский общеобразовательный портал

14. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование»
15. <http://www.opasno.net/> - Энциклопедия безопасности
16. <http://personal-safety.redut-7.ru/> - Личная безопасность
17. http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det - «Мой компас» (безопасность ребёнка)
18. <http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html> - Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России
19. <http://www.econavt-catalog.ru/> - Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)
20. <http://www.bezopasnost.edu66.ru> - Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности
21. <http://www.hardtime.ru> - Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях

Литература, рекомендованная для преподавателя

1. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления / под общ. ред. А. Н. Гаранского. — М., 2003.
2. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2010.
3. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль: 10-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2010.
4. Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности: сборник ситуативных задач: 10—11 кл. / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2010.
5. Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10-11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

Литература, рекомендованная для обучающихся

1. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. — М.: Просвещение, 2001.
2. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. — М.: Просвещение, 2001.
3. Вооружённые силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. — Учебное пособие. — Москва: Армпресс, 2001.
4. Гражданская защита: энциклопедический словарь / Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу. — М., 2005.
5. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях / под общ. ред. М.И. Фалеева. — Калуга, 2001.
6. Катастрофы и человек: российский опыт противодействия чрезвычайным ситуациям / под ред. Ю. Л. Воробьева. — М., 1997.

7. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 2.
8. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М., 2005.
9. Общевоинские уставы Вооружённых Сил РФ. — М.: Военное издательство, 1994.
10. Основы безопасности жизнедеятельности. — Учебно-справочный материал/ авт. — сост. И.П. Иванов — Саратов: СарИПК и ПРО, 1995.
11. Война и мир в терминах и определениях / под общ. ред. Д. О. Рогозина. — М.: ПоРог, 2004.
12. Гражданская защита: энциклопедический словарь / под общ. ред. С. К. Шойгу. — М.: Дэкс-пресс, 2005.
13. Игнатенко А. А. Кто покушается на твои права и свободы...: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко. — М.: Просвещение, 2010.
14. Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2010.
15. Краткая медицинская энциклопедия / под ред. В. Л. Покровского. — М., 1994.
16. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюбов]; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2007.
17. Российский военный сборник. Вып. 9, 10, 13. — М.: Военный университет, 1995-1997.
18. Сальникова И. В. «Свой?» — «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. — М.: Просвещение, 2010.
19. Антитеррор: защита личности, общества, государства. Справочник по противодействию терроризму. 10-11 классы. — М.: Просвещение, 2011.
20. Радиация: дозы, эффекты, риск / пер. с англ. Ю. А. Банникова. — М.: Мир, 1990.
21. Рыбин А. Л. Безопасность в дорожно-транспортных ситуациях: пособие для учащихся: 10-11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2009.
22. Российский статистический ежегодник. 2009: ст. сб. / Росстат. — М., 2009.
23. Словарь основных терминов и понятий в сфере борьбы с международным терроризмом и иными проявлениями экстремизма. — М.: Эдиториал УРСС, 2003.
24. Терроризм — ты под прицелом: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2011.
25. Экстремизм — идеология и основа террора: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2011.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

1. Интерактивная доска.
2. ПК.
3. Сканер, принтер, копировальный аппарат.
4. Мультимедиапроектор.
5. Бытовой дозиметр.
6. Компас.
7. Визирная линейка.
8. Транспортир.
9. Винтовка пневматическая.
10. Граната метательная (учебная).
11. Автомат Калашникова (модель).
12. Бинт марлевый 10х15.
13. Вата гигроскопическая (нестерильная).
14. Вата компрессная.
15. Воронка стеклянная.
16. Грелка.
17. Жгут кровоостанавливающий резиновый.
18. Индивидуальный перевязочный пакет.
19. Косынка перевязочная.
20. Клеенка компрессорная.
21. Клеенка подкладочная.
22. Ножницы для перевязочного материала.
23. Повязка малая/большая стерильная.
24. Шприц-тюбик одноразового пользования.
25. Шинный материал.
26. Противогаз.
27. Общезащитный комплект.
28. Респиратор.
29. Аптечка индивидуальная.
30. Противохимический пакет.
31. Носилки санитарные.
32. Противопыльные тканевые маски.
33. Ватно-марлевая повязка.
34. Тренажер для оказания первой помощи.

Нормативные правовые документы Российской Федерации

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г., последняя редакция с учётом поправок, внесённых Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30 декабря 2008 г. № 6-ФКЗ и от 30 декабря 2008 г. № 7-ФКЗ).
2. Закон «Об образовании» от 10 июля 1992 г. № 3266-1 (последняя редакция с изменениями от 18 июля 2011 г.).
3. Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации от 5 октября 2009 г.).
4. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации (последняя редакция).
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция с изменениями от 24 марта 2011 г.).
6. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 237).
7. Уголовный кодекс Российской Федерации (утв. 13 июня 1996 г. № 63-ФЗ, последняя редакция от 21 июля 2011 г.).
8. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25 июля 2002 г. № 113-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 9 марта 2010 г.).
9. Федеральный закон «О безопасности» от 28 декабря 2010 г. № 390-ФЗ.
10. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» от 10 декабря 1995 г. № 196-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 18 июля 2011 г.).
11. Федеральный закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 18 июля 2011 г.).
12. Федеральный закон «О гражданской обороне» от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 23 декабря 2010 г.).
13. Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России» от 13 марта 1995 г. № 32-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 29 ноября 2010 г.).
14. Федеральный закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 29 декабря 2010 г.).
15. Федеральный закон «О пожарной безопасности» от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 18 июля 2010 г.).
16. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 28 декабря 2011 г.).

17. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» от 25 февраля 2002 г. № 114-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 29 апреля 2008 г.).
18. Федеральный закон Российской Федерации «О статусе военнослужащих» от 27 мая 1998 г. № 76-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 17 мая 2011 г.).
19. Федеральный закон Российской Федерации «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей» от 22 августа 1995 г. № 151 -ФЗ (последняя редакция с изменениями от 25 ноября 2009 г.).
20. Федеральный закон «Об обороне» от 31 мая 1996 г. № 61-ФЗ (последняя редакция с изменениями от 5 апреля 2011 г.).

Приложение 3

Единый перечень требований к физической, психологической и интеллектуальной подготовленности граждан, подлежащих призыву на военную службу (извлечения)

(Разработан Министерством обороны Российской Федерации в соответствии с поручением Президента Российской Федерации от 6 мая 2009 г. № Пр-1098ГС)

Гражданин Российской Федерации, подлежащий призыву на военную службу (далее призывник), должен соответствовать требованиям, установленным в настоящем едином перечне.

Требования к физической подготовленности

Призывник должен выполнять следующие упражнения, установленные Наставлением по физической подготовке в Вооружённых Силах Российской Федерации, утверждённым приказом Министра обороны Российской Федерации.

1. Упражнения, направленные на развитие силы и силовой выносливости:

- подтягивание на перекладине;
- сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
- наклоны туловища вперёд.

2. Упражнения, направленные на развитие быстроты и выносливости:

- бег на 60 м;
- бег на 100 м;
- челночный бег 10х10 м;
- бег на 400 м;
- бег на 1 км;
- бег на 3 км;
- метание гранаты 600 г на дальность;
- лыжная гонка на 5 км;
- плавание на 100 м в спортивной форме вольным стилем.

Оценка (уровень) физической подготовленности призывника складывается из суммы баллов, полученных им за выполнение всех назначенных для проверки физических упражнений при условии выполнения минимального порогового уровня в каждом упражнении, и определяется в соответствии с Таблицей оценки физической подготовленности военнослужащих по категории военнослужащих нового пополнения воинских частей.

Требования к психологической и интеллектуальной подготовленности

Призывник *должен*:

- иметь не ниже удовлетворительного уровня общие познавательные способности и нервно-психическую устойчивость, оценка которых осуществляется в военном комиссариате в ходе проведения мероприятий по профессиональному психологическому отбору в соответствии с требованиями, определёнными Министром обороны Российской Федерации;
- иметь образование не ниже основного общего;
- освоить программу подготовки по основам военной службы на оценку не ниже «удовлетворительно»;

Призывник должен *знать*:

- состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- порядок первоначальной постановки граждан на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, а также альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- основные положения общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации;
- общие обязанности военнослужащего и обязанности солдата (матроса);
- обязанности часового и дневального по роте;
- устройство стрелкового оружия, основные правила, приёмы и способы стрельбы из него, устройство ручных боевых гранат;
- требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;
- основные приёмы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия, порядок подготовки места отдыха в полевых условиях;
- последовательность инженерного оборудования одиночного окопа;
- табельные средства индивидуальной защиты, порядок их использования;

- способы ориентирования на местности, простейшие способы измерений углов и расстояний на местности без карты;
- средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащего, порядок и способы оказания первой помощи; основы гигиены;
- боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, биологических оружия, химически опасных веществ и оружия, основанного на новых физических принципах, и способы защиты от них;
- требования безопасности в повседневной жизни.

Призывник должен **уметь:**

- действовать по сигналам управления, оповещения и взаимодействия;
- выполнять основные приёмы и способы действий в общевойсковом бою;
- готовить стрелковое оружие к боевому применению и поражать из него с места неподвижные и появляющиеся цели днём и метать ручные имитационные гранаты;
- оборудовать и маскировать одиночный окоп, готовить место отдыха в полевых условиях;
- использовать индивидуальные средства защиты;
- ориентироваться на местности без карты;
- оказывать первую помощь при ожогах, острых отравлениях, обморожениях и других поражениях;
- выполнять обязанности дневального по роте;
- выполнять отдельные строевые приёмы без оружия на месте и в движении;
- соблюдать требования личной гигиены и правила ношения военной формы одежды