

## 2.13. Основы безопасности жизнедеятельности

### Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10 класс

#### 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 10 класс

##### Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослым и в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Директор школы  
Качишова И.В.



### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- смысловое чтение;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты:**

- понимание предмета, ключевых вопросов и основных составляющих элементов изучаемой предметной области, что обеспечивается не за счет заучивания определений и правил, а посредством моделирования и постановки проблемных вопросов культуры, характерных для данной предметной области;
- умение решать основные практические задачи, характерные для использования методов и инструментария данной предметной области;
- осознание рамок изучаемой предметной области, ограниченности методов и инструментов, типичных связей с некоторыми другими областями знания.

*Выпускник научится:*

#### **Основы комплексной безопасности**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки.

#### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

- характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью; описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

#### **Основы обороны государства**

- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

#### **Основы военной службы**

- комментировать и использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;

- раскрывать организацию воинского учета.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

- комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ)-средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

*Выпускник получит возможность научиться:*

#### **Основы комплексной безопасности**

- объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.

#### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

#### **Основы обороны государства**

- объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

- приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;
- определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;
- выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;
- выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;
- описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;
- выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;

- описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;
- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

## **2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 10 класс**

### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности.**

##### **Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.**

Автономное существование человека в природной среде. Добровольная автономия. Вынужденная автономия. Активный туризм.

Подготовка к автономному существованию. Разведение костра и обустройство кострового места.

Участник дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Основные обязанности пешехода. Обязанности пассажиров. Водитель-главная фигура в обеспечении безопасности дорожного движения. Основные требования к техническому состоянию велосипеда. Меры, принимаемые государством для снижения правонарушений.

Правила личной безопасности в криминогенных ситуациях. Нападение в лифте, подъезде. Безопасность на улице. Профилактика насилия.

##### **Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.**

Чрезвычайные ситуации природного характера. Опасные природные явления. Стихийное бедствие. Шкала Меркалли.

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера. Правила поведения при землетрясении, цунами, наводнении, урагана, бури, смерча.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Авария. Промышленная катастрофа. ЧС с выбросом радиоактивных и химических веществ. Пожары, взрывы. Гидродинамические и транспортные чрезвычайные ситуации.

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Эвакуация населения.

##### **Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера.**

Военные опасности и военные угрозы РФ в современном мире. Основные внешние, внутренние и военные угрозы. Стратегия национальной безопасности РФ. Национальная безопасность.

Характерные черты и особенности современных военных конфликтов. Военная доктрина Российской Федерации.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

**Глава 4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях. Положения Конституции РФ. ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». ФЗ «О безопасности». ФЗ «О пожарной безопасности». ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности». ФЗ «О гражданской обороне». ФЗ «О противодействии терроризму».

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её структура и задачи. ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Права и обязанности граждан РФ по защите от ЧС природного и техногенного характера.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

**Глава 5.** Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Особенности современной террористической деятельности.

Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Пути распространения экстремистских идей. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности. Правовая основа общегосударственной системы противодействия терроризму в РФ. Основные принципы противодействия экстремистской деятельности и противодействия терроризму. Стратегия противодействия экстремизму в РФ до 2025г.

**Глава 6.** Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации.

Положения Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, ФЗ «О противодействии терроризму», ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности». Основные термины и понятия в сфере борьбы с международным терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ. Национальные интересы России. Обеспечение национальной безопасности. Стратегические национальные приоритеты. Система обеспечения национальной безопасности.

**Глава 7.** Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Значение нравственных позиций и личных качеств при формировании антитеррористического поведения.

Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления. Культура безопасности жизнедеятельности. Безопасность. Жизненно важные интересы. Профилактика террористической деятельности.

**Глава 8.** Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс РФ. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

**Глава 9.** Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила поведения при угрозе взрыва, взрыве, захвата в заложники, при перестрелке. Уровни террористической опасности и действия граждан.

### **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

**Глава 10.** Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных болезней.



Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.  
Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Иммуитет. Иммуная система.

### **Глава 11.** Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни. Симптомы употребления наркотиков.  
Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Утомление. Профилактика утомления. Значение физической культуры.  
Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.  
Вредные привычки, их влияние на здоровье. Алкоголь. Курение. Наркотики. Профилактика вредных привычек.

## **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.**

### **Раздел 6. Основы обороны государства.**

**Глава 12.** Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона. Этапы создания гражданской обороны в СССР и мире.  
Основные виды оружия и их поражающие факторы. Современные обычные средства поражения. Ядерное оружие. Химическое оружие. Биологическое оружие. ВТО.  
Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. ЕДДС. ОКСИОН.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения. Убежища. Противорадиационные укрытия.

Средства индивидуальной защиты. Комплект индивидуальной медицинской гражданской защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Аварийно-спасательные работы. Неотложные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты.

Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации.

**Глава 13.** Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания Вооруженных Сил РФ.

Памяти поколений – дни воинской славы России.

Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ. Задачи Вооруженных Сил и других войск и органов в мирное время.

**Глава 14.** Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.

Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск. Мотострелковые войска. Танковые войска. Ракетные войска и артиллерия. Войска ПВО. Специальные войска и службы. Основные задачи Сухопутных войск в мирное и военное время.

Воздушно-космические силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС. Военно-воздушные силы. Войска противовоздушной и противоракетной обороны. Космические войска.

Военно-морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. Подводные силы. Наводные силы. Морская авиация. Береговые войска. Части и подразделения обеспечения и обслуживания.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Воздушно-десантные и десантно-штурмовые дивизии. Образовательные учреждения войска.

Другие войска, воинские формирования и формирования и органы, привлекаемые к обороне страны.

**Глава 15.** Боевые традиции Вооруженных Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Военнослужащий. Отечество. Патриотизм. Воинский долг.

Дружба и войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений. Товарищество. Дружба.

**Раздел 7. Основы военной службы.**

**Глава 16.** Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих.

Распределение времени и повседневный порядок.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. Закаливание. Правила личной и общественной гигиены.

**Глава 17.** Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

Суточный наряд.

Обязанности дежурного по роте.

Обязанности дневального по роте.

**Глава 18.** Организация караульной службы.

Организация караульной службы.

Часовой и его обязанности.

**Глава 19.** Строевая подготовка.

Строи и управление ими.

Строевые приемы 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, развернутый строй, походный строй.

Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

**Глава 20.** Огневая подготовка.

Боевые свойства автомата Калашникова.

Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Уход за автоматом.

Приемы и правила стрельбы из автомата.

**Глава 20.** Тактическая подготовка.

Тактическая подготовка. Современный бой.

Обязанности солдата в бою.

### **3. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 10 класс**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Основы комплексной безопасности.</b>	<b>5</b>
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>	<b>1</b>
<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>	<b>7</b>
<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
<b>Основы обороны государства</b>	<b>11</b>
<b>Основы военной службы</b>	<b>8</b>
<b>Повторение изученного</b>	<b>1</b>

**Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 11 класс****1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 11 класс****Личностные результаты:**

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослым и в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- смысловое чтение;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты:**

- понимание предмета, ключевых вопросов и основных составляющих элементов изучаемой предметной области, что обеспечивается не за счет заучивания определений и правил, а посредством моделирования и постановки проблемных вопросов культуры, характерных для данной предметной области;
- умение решать основные практические задачи, характерные для использования методов и инструментария данной предметной области;
- осознание рамок изучаемой предметной области, ограниченности методов и инструментов, типичных связей с некоторыми другими областями знания.

*Выпускник научится:*

#### **Основы комплексной безопасности**

- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;

- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

- характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью; описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать и использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности.

#### **Основы обороны государства**

- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

#### **Основы военной службы**

- комментировать и использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;

- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

#### **Военно-профессиональная деятельность**

- раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

*Выпускник получит возможность научиться:*

#### **Основы обороны государства**

- объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию.

#### **Военно-профессиональная деятельность**

- выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;
- оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## **2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 11 класс**

### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности.**

##### **Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.**

Пожар. Пожарная безопасность. Причины пожаров в быту. ФЗ «О пожарной безопасности». Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

Правила личной безопасности при пожаре. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время пожаров в различных ситуациях.

Обеспечение личной безопасности на водоёмах. Правила поведения на водоемах в различные сезоны года.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях и природной среде. Правила поведения при обращении с электричеством, газом, водой, средствами бытовой химии и при работе с инструментами. Порядок вызова спасательных служб. Экологические знаки. Меры безопасности при занятии спортом, при пользовании компьютером.

Обеспечение личной безопасности в сфере современных молодежных увлечений. Меры безопасности в Интернете, катании на роликах, сноуборде, велосипеде. Средства защиты велосипедистам, мотоциклистам. Флэшмоб. Селфи.

#### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

**Глава 2.** 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. Руководитель контртеррористической операции. Оперативный штаб.

Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Гражданская оборона.

Гуманитарная помощь. Руководство ГО. Структура МЧС.

Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. Пересечение террористических актов в воздушной сфере, во внутренних водах и шельфе Российской Федерации.

Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

## **Модуль 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

#### **Глава 3. Нравственность и здоровье.**

Правила личной гигиены. Личная гигиена. Рациональное питание.

Нравственный и здоровый образ жизни. Нравственность. Семья. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни.

Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Сифилис. Гонорея. Генитальный герпес. Хламидиоз.

Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.

Семья в современном обществе. Брак. Законодательство и семья. Семейный кодекс РФ.

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

Структура сердечно - сосудистой системы.

Первая помощь при ранениях. Рана. Асептика. Виды ран.

Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь. Травматический шок.

Правила остановки артериального кровотечения. Кровотечение. Правила наложения давящей повязки и жгута. Техника наложения жгута-закрутки.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Перелом. Вывих.

Растяжение мышц и сухожилий. Самопомощь.

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. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких. Первая помощь при коме.

## **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.**

### **Раздел 6. Основы обороны государства.**

**Глава 5.** Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.

Основные задачи современных ВС РФ.

Международная деятельность ВС РФ. Использование российских миротворцев.

#### **Глава 6.** 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. Парадная форма. Полевая форма. Повседневная форма.

#### **Глава 7.** Воинская обязанность.

Основные понятия о воинской обязанности. Мобилизация. Военное положение. Военное время.

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.  
Командные воинские должности. Операторские, водительские воинские должности.  
Воинские должности связи и наблюдения. Специальные воинские должности.  
Технические и прочие воинские должности.  
Подготовка граждан по военно-учётным специальностям.  
Добровольная подготовка граждан к военной службе. Занятия граждан военно-прикладными видами спорта. Поступление граждан в военные профессиональные образовательные организации и военные образовательные организации высшего образования. Обучение граждан на военных кафедрах.  
Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт.  
Профессиональный психологический отбор и его предназначение.  
Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Состав запаса. Военные сборы.  
Порядок пребывания граждан в резерве.

## **Раздел 7. Основы военной службы.**

### **Глава 8. Особенности военной службы.**

Правовые основы военной службы. Военная служба и её задачи. Единоначалие.  
Статус военнослужащего. Права и свободы военнослужащих.  
Военные аспекты международного права.  
Общевойсковые уставы. Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной служб. Строевой устав.  
Устав внутренней службы ВС РФ.  
Дисциплинарный устав ВС РФ.  
Устав гарнизонной караульной службы ВС РФ.  
Строевой устав ВС РФ. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

### **Глава 9. Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.**

Основные виды воинской деятельности. Учебно-боевая подготовка. Служебно-боевая деятельность. Реальные боевые действия.  
Основные особенности воинской деятельности.  
Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Морально-психологические требования.  
Военнослужащий – патриот.  
Честь и достоинство военнослужащего ВС РФ.  
Военнослужащий – специалист своего дела. Операторские воинские должности в Сухопутных войсках. Технологические воинские должности в Воздушно-космических силах. Технические воинские должности в Военно-морском флоте.  
Военнослужащий – подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина.  
Основные обязанности военнослужащих.

### **Глава 10. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.**

Порядок вручения Боевого знамени воинской части.  
Военная присяга.  
Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия.  
Ритуал подъёма и спуска Государственного флага РФ.

### **Глава 11. Прохождение военной службы по призыву.**

Призыв на военную службу. Документы, которые необходимо иметь призывнику при явке на призывную комиссию.

Порядок прохождения военной службы. Перечень составов и воинских званий военнослужащих ВС РФ. Знаки отличия.

Размещение и быт военнослужащих.

**Глава 12.** Прохождение военной службы по контракту.

Особенности военной службы по контракту. Виды отпусков для военнослужащих по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Направление граждан на альтернативную гражданскую службу. Организация, прохождение и увольнение альтернативной гражданской службы.

### **3. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень. 11 класс**

<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
Основы комплексной безопасности	2
Основы противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации	3
Основы здорового образа жизни	2
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	6
Основы обороны государства	6
Основы военной службы	10
Повторение изученного	1
<b>Итого</b>	<b>30</b>