Халикова Райля Саляхитдиновна
Подписано цифровой подписью: Халикова Райля Саляхитдиновна
Дата: 2021.09.21 11:54:54 +05'00'

Приложение № 11
к Основной образовательной программе
среднего общего образования МОУ
«Зайковская СОШ №1»

Рабочая программа учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
(Базовый уровень)

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Планируемые результаты опираются на **ведущие целевые установки,** отражающие основной, сущностный вклад изучаемой программы в развитие личности обучающихся, их способностей.

В структуре планируемых результатов выделяется **следующие группы:**

Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, антикоррупционное мировоззрение, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме;

Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

Предметные результаты, включающие освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Личностные результаты освоения основной образовательной программы отражают:

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми

в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы отражают:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых

действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы для учебных предметов на базовом уровне ориентированы на обеспечение преимущественно общеобразовательной и общекультурной подготовки.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы должны обеспечивать возможность дальнейшего успешного профессионального обучения или профессиональной деятельности.

Предметные результаты учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» отражают:

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

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

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

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

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

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

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

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

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

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

Основы комплексной безопасности

Выпускник научится:

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;

– использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
– оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
– объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
– 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 назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
– использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
– оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
– распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
– описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
– 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;
– прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
– составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
– распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
– 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;
– прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
– применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
– распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
– использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;

– 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.

Выпускник получит возможность научится:

– *Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .*

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Выпускник научится:

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;

– 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.

Выпускник получит возможность научится:

– *Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.*

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

Выпускник научится:

– Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

– объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

– 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

Выпускник научится:

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
– 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 преимущества здорового образа жизни;
– объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
– описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
– раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
– 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

Выпускник научится:

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

– 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;

– распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;

– оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

– 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 назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;

– 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

Выпускник научится:

– 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;

– описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;

– 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.

Выпускник получит возможность научится:

– *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, прослеживать их эволюцию.

Правовые основы военной службы

Выпускник научится:

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
– 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.

Элементы начальной военной подготовки

Выпускник научится:

– 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;
– описывать явление выстрела и его практическое значение;
– объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
– объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
– выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
– объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
– выполнять изготовку к стрельбе;
– производить стрельбу;
– объяснять назначение и боевые свойства гранат;
– различать наступательные и оборонительные гранаты;
– описывать устройство ручных осколочных гранат;
– выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
– выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
– 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 получетвереньках, на боку);
– определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
– передвигаться по азимутам;
– 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;
– описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
– раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
– выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Выпускник получит возможность научится:

– *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).*

Военно-профессиональная деятельность

Выпускник научится:

– 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:

– *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»

Основы комплексной безопасности

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. *Влияние экологической безопасности на национальную безопасность РФ.* Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них. Неблагоприятные районы в месте проживания и факторы экориска. Средства индивидуальной защиты. Предназначение и использование экологических знаков.

Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств: мопедов, мотоциклов, легкового автомобиля). Предназначение и использование дорожных знаков.

Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях

опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Состояния, требующие проведения первой помощи, мероприятия и способы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.

Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и санитарного назначения.

Основы обороны государства

Состояние и тенденции развития современного мира и России. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты. Факторы и источники угроз национальной и военной безопасности, оказывающие негативное влияние на национальные интересы России. Содержание и обеспечение национальной безопасности РФ. Военная политика Российской Федерации в современных условиях. Основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности. Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. *Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.*

Правовые основы военной службы

Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей военной службы. Альтернативная гражданская служба. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв.

Элементы начальной военной подготовки

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.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. *Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе.* Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.

Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

10 класс

№	Раздел, тема	Кол-во часов
Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)		
1	ИТБ №3. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Всероссийский урок «ОБЖ» (урок подготовки детей к действиям в условиях различного рода чрезвычайных ситуаций)	**1**
2	Входная контрольная работа	

3	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	**1**
4	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	**1**
5	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	**1**
6	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	**1**
7	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	**1**
8	Защита национальной безопасности государства от военных угроз	**1**
9	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	**1**
10	Противодействие экстремизму.	**1**
11	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. День солидарности в борьбе с терроризмом.	**1**
12	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	**1**
13	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (приуроченный ко Дню гражданской обороны Российской Федерации).	**1**
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	**1**
15	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	**1**
16	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	**1**
«Военная безопасность государства» (10 ч.)		
17	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	**1**
18	Защита населения и территорий от радиационной опасности	**1**
19	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	**1**
20	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	**1**
21	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	**1**
22	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. День государственного флага Российской Федерации.	**1**
23	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	**1**
24	Воинская обязанность и военная служба	**1**
25	Права и обязанности военнослужащих. День защитника Отечества.	**1**
26	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. День Героев Отечества.	**1**
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (9 ч.)		
27	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Всемирный день иммунитета.	**1**

28	Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	**1**
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	**1**
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. Всемирный день борьбы со СПИДом.	**1**
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	**1**
32	Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях	**1**
33	Годовая контрольная работа.	**1**
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	**1**

11 класс

№	**Раздел, тема**	**Кол-во часов**
Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)		
1	ИТБ №3. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Всероссийский урок «ОБЖ» (урок подготовки детей к действиям в условиях различного рода чрезвычайных ситуаций).	**1**
2	Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий	**1**
3	Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	**1**
4	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности	**1**
5	Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»	
6	Обеспечение национальной безопасности России	**1**
7	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности	**1**
8	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. День солидарности в борьбе с терроризмом.	**1**
9	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.	**1**
10	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	**1**
11	Экстремальные ситуации криминогенного характера	**1**
12	Экстремизм, терроризм и безопасность человека	**1**
13	Наркотизм и безопасность человека	**1**
14	Дорожно-транспортная безопасность. Неделя безопасности дорожного движения.	**1**
15	Вынужденное автономное существование в природных условиях	**1**
«Военная безопасность государства» (10 ч.)		
16	Основные задачи Вооруженных Сил. Всероссийский открытый урок «ОБЖ» (приуроченный ко Дню гражданской обороны Российской Федерации).	**1**

17	Правовые основы воинской обязанности	**1**
18	Правовые основы военной службы	**1**
19	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная	**1**
20	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего	**1**
21	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы	**1**
22	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира	**1**
23	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом	**1**
24	Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации	**1**
25	Боевая слава российских воинов. День Героев Отечества. День защитника Отечества.	**1**
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (10 ч.)		
26	Демографическая ситуация в России. Международный день семьи. Международный день защиты детей	**1**
27	Культура здорового образа жизни. Культура питания. Всемирный день иммунитета.	**1**
28	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Всемирный день борьбы со СПИДом.	**1**
29	Вредные привычки. Культура движения.	**1**
30	Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях	**1**
31	Годовая контрольная работа.	**1**
32	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении	**1**
33	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии	**1**
34	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами	**1**

По окончании изучения теоретического материала по курсу ОБЖ в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 N 1441 "Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе" обучение учащихся начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы продолжается на учебных сборах.

Продолжительность учебных сборов - 5 дней (35 учебных часов). В ходе сборов изучаются: размещение и быт военнослужащих, организация караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовок, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Учебные сборы по решению Главы Ирбитского МО проводятся на базе Центра по допризывной подготовки молодежи к военной службе или образовательного учреждения.

Учебный процесс, осуществляемый во время учебных сборов, организуется в соответствии с расчетом часов по предметам обучения, учебно-тематическим планом и распорядком дня.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

проведения учебных сборов для юношей (для девушек на добровольной основе)

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
До начала учебного сбора					
	Вводное занятие с участниками сбора по порядку организации его проведения и требований, предъявляемых к обучающимся	1	начальник учебного сбора	место проведения учебного сбора	плакаты, схемы
1 день					
	Основы обеспечения безопасности военной службы *Показное (комплексное) занятие.* Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы	1	начальник учебного сбора	расположение подразделения, места несения службы, учебные объекты	план проведения занятия, учебная литература, учебное оружие и патроны к нему, средства отображения информации, плакаты и схемы
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Военнослужащие Вооруженных Сил	1	педагогический работник образовательного	учебный класс	план проведения занятий, Устав внутренней службы Вооруженных Сил

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	Российской Федерации и взаимоотношения между ними. Размещение военнослужащих		учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы		РФ
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент служебного времени	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы,	расположение подразделения	план проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, документация дежурного по роте
	Общевоинские уставы. *Практическое занятие.* Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчиненность и обязанности дневального по роте	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	расположение подразделения	план проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, документация дежурного по роте
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Обязанности дежурного по роте. Порядок	1	педагогический работник образовательного	расположение подразделения	план проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	приема и сдачи дежурства, действия при подъеме по тревоге, прибытие в роту офицеров и старшин		учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы		РФ, документация дежурного по роте
	Строевая подготовка *Практическое занятие.* Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы)	строевой плац (строевая площадка)	план проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил РФ
	Физическая подготовка *Практическое занятие.* Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3 – 5 км)	1	инструктор по физической подготовке	спортивный городок	план проведения занятия. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ (2009 г.), спортивный инвентарь
			2 день		
	Физическая подготовка *Практическое занятие.* Разучивание и совершенствование физических упражнений, выполняемых на утренней физической зарядке	1	инструктор по физической подготовке	спортивный городок	план проведения занятия. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ (2009 г.), спортивный инвентарь

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	Военно-медицинская подготовка *Практическое занятие.* Основы сохранения здоровья военнослужащих. Оказание первой помощи. Неотложные реанимационные мероприятия	2	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы, фельдшер	учебный класс, медицинский пункт, участок местности	план проведения занятия, медицинская аптечка, медицинский инвентарь, подручные средства, плакаты
	Огневая подготовка *Практическое занятие.* Назначение, боевые свойства и устройство автомата, разборка и сборка. Работа частей и механизмов автомата при заряжании и стрельбе. Уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение	3	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	стрелковый тир	план проведения занятия, учебные автоматы, учебные патроны, плакаты и схемы
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Комната для хранения оружия, ее оборудование. Порядок хранения оружия и боеприпасов. Допуск личного состава в комнату для хранения оружия. Порядок выдачи оружия и боеприпасов	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам	расположение подразделения, комната для хранения оружия	план проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, документация дежурного по роте, оборудование комнаты для хранения оружия

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
			военной службы		
3 день					
	Тактическая подготовка *Практическое занятие.* Движения солдата в бою. Передвижения на поле боя	2	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	тактическое поле (участок местности)	план проведения занятия, Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя (часть III), экипировка
	Радиационная, химическая и биологическая защита *Практическое занятие.* Средства индивидуальной защиты и 21ассзование ими. Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения	2	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы)	тактическое поле (участок местности)	пан проведения занятия, сборник нормативов, общевойсковые защитные 21асс21мы общевойсковые противогазы
	Физическая подготовка *Практическое занятие.* Совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль упражнения в подтягивании на перекладине	1	инструктор по физической подготовке	спортивный городок	план проведения занятия, Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ (2009 г.), спортивный инвентарь
	Строевая подготовка *Практическое занятие.*	1	педагогический работник	строевой плац (строевая	план проведения занятия, Строевой устав

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении		образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	площадка)	Вооруженных Сил РФ
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Несение караульной службы – выполнение боевой задачи, состав караула. Часовой и караульный. Обязанности часового. Пост и его оборудование	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	расположение подразделения, караульный городок	план проведения занятия, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ, оборудование поста, экипировка часового
			4 день		
	Физическая подготовка *Практическое занятие.* Совершенствование и контроль упражнения в беге на 100 м	1	инструктор по физической подготовке	спортивный городок	план проведения занятия, Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ (2009 г.), спортивный инвентарь
	Тактическая подготовка *Практическое занятие.* Обязанности наблюдателя. Выбор места наблюдения, его занятие, оборудование и 22асскировка, оснащение	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий	тактическое поле (участок местности)	план проведения занятия, Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя (часть III), флажки

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	наблюдательного поста		обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы		
	Огневая подготовка *Практическое занятие.* Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия	3	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	войсковое стрельбище	план проведения занятия, Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Вооруженных Сил РФ, плакаты и схемы, учебно-тренировочные средства
	Строевая подготовка *Практическое занятие.* Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	строевой плац (строевая площадка)	план проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил РФ
	Общевоинские уставы *Практическое занятие.* Воинская дисциплина. Поощрение и дисциплинарные взыскания. Права военнослужащего. Дисциплинарная,	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий	учебный класс	план проведения занятия, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
	административная и уголовная ответственность военнослужащих		обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы		
5 день					
	Огневая подготовка *Практическое занятие.* Выполнение упражнений начальных стрельб	3	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	стрелковый тир	план проведения занятия, Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Вооруженных Сил РФ, плакаты и схемы, автоматы, патроны, экипировка
	Тактическая подготовка *Практическое занятие.* Передвижения на поле боя. Выбор места и скрытное расположение на нем для наблюдения и ведения огня, само-окапывание и маскировка	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	тактическое поле (участок местности)	план проведения занятия, Боевой устав по подготовке и ведению общевойскового боя (часть III), флажки, секундомеры, малые саперные лопатки
	Физическая подготовка *Практическое занятие.* Совершенствование и контроль упражнения в беге на 1 км	1	инструктор по физической подготовке	спортивный городок	план проведения занятия. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ

п/п	Тема, содержание и вид занятий	Кол-во часов	Руководитель занятия	Место проведения	Материальное обеспечение
	2	3	4	5	6
					(2009 г.), спортивный инвентарь
	Строевая подготовка *Практическое занятие.* Строи подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода	1	педагогический работник образовательного учреждения, осуществляющий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы	строевой плац (строевая площадка)	план проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил РФ

С гражданами женского пола в образовательных учреждениях, не изъявивших желания добровольно изучать основы военной службы, проводятся занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний (отдельно от граждан мужского пола).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

проведения углубленной медицинской подготовки для девушек

№№ разделов и тем	Наименование разделов и тем	Примерное количество учебных часов
I	**Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**	
1	**Основные инфекционные заболевания и их профилактика** Основные кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей.	2
2	**Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.** Основные неинфекционные заболевания. Факторы риска их возникновения. Ишемическая болезнь сердца, факторы риска её возникновения.	2

3	**Первая помощь при травмах и ранениях.** Значение своевременного оказания первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях. Оказание первой помощи при ранениях, методы остановки кровотечения. Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах опорно-двигательного аппарата. Виды повязок и правила их наложения. Основные приёмы транспортной иммобилизации пострадавших и правила их транспортировки.	4
4	**Первая помощь при отравлениях.** Оказание первой помощи при отравлении лекарственными препаратами, алкоголем и никотином, препаратами бытовой химии. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом и аварийно химически опасными веществами (АХОВ).	2
5	**Первая помощь при ожогах, отмораживаниях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током.** Правила оказания первой помощи при ожогах, отмораживаниях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током.	2
6	**Первая помощь при массовых поражениях.** Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений. Медицинские средства защиты и профилактики.	1
II	**Основы здорового образа жизни.**	
7	**Здоровье и здоровый образ жизни.** Общие понятия о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2

8	**Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие.** Женская половая система и её функционирование. Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка. Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорождённого. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Наркомания, её последствия, профилактика вредных привычек. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, меры по их профилактике.	1 2 4 2
9	**Здоровый образ жизни — неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья.** Стресс и его воздействие на человека. Режим дня, труда и отдыха. Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Личная гигиена и здоровье.	4
10	**Правовые аспекты взаимоотношения полов.** Брак и семья. Культура брачных отношений. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	3
11	**Беременность и уход за младенцем.** Влияние здоровья женщины в период беременности на здоровье будущего ребёнка. Нормы здорового образа жизни, которые желательно соблюдать в период беременности. Образ жизни матери в первые шесть месяцев жизни ребёнка.	4
	Всего часов:	35