Приложение к основной

образовательной программе среднего

общего образования

Приказ № 140 от 31.08.2020 года

**Рабочая программа учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

# Планируемые результаты изучения Планируемые личностные результаты освоения ООП Личностные результаты:

* развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
* формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
* развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
* воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
* формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
* воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

***умения познавательные, интеллектуальные*** (*аналитические*, *критические*, *проектные*, *исследовательские*, *работы с информацией*: *поиска*, *выбора*, *обобщения*, *сравнения*, *систематизации* и *интерпретации*):

* *формулировать* личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
* *анализировать* причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

*обобщать и сравнивать* последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

* *выявлять причинно-следственные связи* опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
* *генерировать идеи, моделировать* индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

*планировать* — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

* *выбирать* средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
* *находить, обобщать* и *интерпретировать информацию* с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
* *применять* теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

***умения коммуникативные*:**

* *взаимодействовать с окружающими*, вести конструктивный диалог*,* понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
* *выполнять* различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;
* *саморегуляция и самоуправление* собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальнойобразовательной траектории;
* *владение навыками* учебно-исследовательской и проектной деятельности;
* *владение навыками* познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
* *владение практическими навыками* первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных

ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно- силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

***в ценностно-ориентационной сфере*:**

* ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
* осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

***в коммуникативной сфере*:**

* умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной

ситуации;

* умение сотрудничать с другими людьми, выполнять необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
* стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

***в эстетической сфере*:**

* умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
* умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

***в бытовой, трудовой и досуговой сфере*:**

* грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
* соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
* соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
* знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
* умение оказывать первую помощь;
* правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

***в сфере физической культуры и здорового образа жизни*:**

* накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
* выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
* соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
* умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

# Содержание учебного предмета 10 класс

**Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства**

# Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

# Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

# Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

# Раздел 2. Военная безопасность государства

**Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность**

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности*.* Средства коллективной защиты от оружия массового поражения*.* Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности*.* Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

# Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

# Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и

**неинфекционные заболевания**

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

# Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

# 11 класс

**Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности**

# жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

# Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности

Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

# Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека

Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

# Раздел 2. Военная безопасность государства

**Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз**

Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

# Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

# Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Глава 6. Основы здорового образа жизни

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

# Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях

Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

# Тематическое планирование 10 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, глава, тема** | **Кол-**  **во часов** | **Содержание** |
| **1** | **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества,**  **государства** |  |  |
| **1.1** | **Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности**  **жизнедеятельности человека в современной среде**  **обитания** | **5** |  |
| 1.1.1 | Культура безопасности жизнедеятельности человека  в современной среде обитания | 1 | Вопросы для обсуждения:   * значение культуры безопасности жизнедеятельности   личности, общества в современном мире;   * роль государства в обеспечении безопасности личности   и общества;   * роль науки и образования в формировании культуры   безопасности жизнедеятельности личности и общества.  Ключевые понятия темы:  безопасность; жизненно важные интересы; национальные интересы; национальная безопасность; основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства; основы безопасности жизнедеятельности;  культура безопасности жизнедеятельности |
| 1.1.2 | Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности, ее значение и особенности; * основы теории безопасности жизнедеятельности: основные положения и принципы, методы и средства; * стратегия и тактика управления безопасностью жизнедеятельности.   Ключевые понятия темы:  наука о безопасности жизнедеятельности; жизнедеятельность человека; концепция приемлемого (допустимого)риска; стратегия безопасности жизнедеятельности (стратегия управления безопасностью  жизнедеятельности);системный подход; средовый  подход |
| 1.1.3 | Экологические | 1 | Вопросы для обсуждения: |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания |  | * экология человека и экология среды обитания; * антропогенное воздействие, техногенная нагрузка   на среду обитания;   * экологическая безопасность среды обитания, урбоэкосистемы.   Ключевые понятия темы:  экология; урбанизация; экологическая ниша; экологическая напряженность; экологическая  безопасность |
| 1.1.4 | Медико- биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания |  | Вопросы для обсуждения:   * медико-биологические основы здоровья человека; * адаптация организма к среде обитания; * общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека.   Ключевые понятия темы:  человек; индивид; здоровье; здоровье человека; адаптация; потенциал здоровья человека |
| 1.1.5 | Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания |  | Вопросы для обсуждения:   * психические процессы и состояния человека; * антропогенные опасности, особые психические состояния; * экология психики личности, методы повышения безопасности.   Ключевые понятия темы:  психология; психические процессы; психическое  состояние человека; экология психики; стресс; адаптивность |
| **1.2** | **Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества,**  **государства** | **5** |  |
| 1.2.1 | Права и обязанности государства и граждан  России по обеспечению безопасности жизнедеятельности | **1** | Вопросы для обсуждения:   * конституционные основы обеспечения безопасности; * нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека; * федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий. Ключевые понятия темы:   Конституция Российской Федерации; гражданская ответственность; федеральные законы по  безопасности; организационно-правовые нормы |
| 1.2.2 | Защита национальной безопасности государства от  военных угроз | 1 | Вопросы для обсуждения:   * военные угрозы национальной безопасности России,   характер современных войн и вооруженных |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | конфликтов;   * Стратегия национальной безопасности России; цели,   задачи, значение документа; Военная доктрина Российской Федерации;   * национальная оборона Российской Федерации: цели,   задачи, силы, средства, стратегия. Ключевые понятия темы:  военная угроза; угроза национальной безопасности; Стратегия национальной безопасности Российской Федерации; национальная оборона; средства невоенного реагирования; Стратегия сдерживания военной  силы |
| 1.2.3 | Защита личности, общества, государства от угроз социального характера | 1 | Вопросы для обсуждения:   * современный комплекс проблем безопасности социального характера; * Военная доктрина Российской Федерации: внешние и внутренние угрозы общественной и личной безопасности; * защита личной и общественной безопасности от внешних угроз социального характера — военных опасностей.   Ключевые понятия темы:  военная опасность; военный конфликт; военная политика государства; вооруженный конфликт; война: локальная, региональная, крупномасштабная; Военная доктрина Российской Федерации; основные внешние опасности Рос- сии; основные внутренние опасности России;  терроризм; экстремизм |
| 1.2.4 | Противодействие экстремизму | 1 | Вопросы для обсуждения:   * федеральные законы Российской Федерации по защите от экстремизма; * основные принципы и направления противодействия экстремизму; * Уголовный кодекс Российской Федерации: экстремистская деятельность и наказание. Ключевые понятия темы:   экстремизм; пропаганда экстремизма; экстремист;  основные принципы противодействия экстремизму |
| 1.2.5 | Противодействие терроризму, наркотизму  в Российской Федерации | 1 | Вопросы для обсуждения:   * федеральные законы по защите населения России от   социальных угроз: терроризма, экстремизма, наркотизма;   * основные принципы и направления противодействия   террористической деятельности;   * Уголовный кодекс Российской Федерации: терроризм —преступление и наказание. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Ключевые понятия темы:  терроризм; виды терроризма; противодействие терроризму; Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации; наркотизм;  наркотизация |
| **1.3** | **Глава 3.**  **Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных**  **ситуациях** | **5** |  |
| 1.3.1 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | 1 | Вопросы для обсуждения:   * единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи, структура, организация работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций; * Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России):задачи, структура; * организация гражданской обороны на объектах экономики.   Ключевые понятия темы:  виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС; МЧС России; режимы функционирования  РСЧС; гражданская оборона |
| 1.3.2 | Основные  мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях | 1 | Вопросы для обсуждения:   * деятельность сил гражданской обороны и МЧС России; * основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций: оповещение, укрытие людей в защитных сооружениях, эвакуация, инженерная защита, аварийно-спасательные работы, медицинская защита: обсервация, карантин, дезинфекция, санитарная обработка, дезактивация; * действия населения после сигнала «Внимание всем!».   Ключевые понятия темы:  гражданская оборона; мониторинг чрезвычайной ситуации; прогнозирование чрезвычайной ситуации; оповещение; эвакуация; инженерная  защита |
| 1.3.3 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера | 1 | Вопросы для обсуждения:   * опасные природные явления, стихийные бедствия и их последствия; * катастрофа, чрезвычайные ситуации природного характера: виды и особенности; * правила поведения в зоне чрезвычайных   ситуаций природного характера. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Ключевые понятия темы:  чрезвычайные ситуации природного характера; опасные природные явления; стихийные бедствия: геологические, метеорологические,  гидрологические, климатогеографические,  сезонные |
| 1.3.4 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 1 | Вопросы для обсуждения:   * характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их последствия; * общие правила действий населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера на взрывоопасном объекте; * химическая опасность и химическая безопасность.   Ключевые понятия темы:  техногенная насыщенность; чрезвычайная ситуация техногенного характера; взрыв; взрывоопасный объект; химическая опасность; химически опасный объект; химическая  безопасность |
| 1.3.5 | Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование. | 1 | Вопросы для обсуждения:   * риски чрезвычайных техногенных опасностей; обязательное и добровольное страхование жизни и здоровья; * инженерные сооружения и инструменты управления безопасностью.   Ключевые понятия темы:  страхование; страховой случай; инженерное сооружение; гидротехническое сооружение; гидродинамическая авария; автомобильный транспорт; железнодорожный транспорт; водный  транспорт; авиационный транспорт |
| **2** | **Раздел 2. Военная**  **безопасность государства** | **10** |  |
| **2.4** | **Глава 4.** Чрезвычайные ситуации военного характера и  безопасность | **5** |  |
| 2.4.1 | Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных  средств поражения | 1 | Вопросы для обсуждения:   * чрезвычайные ситуации военного характера, роль РСЧС и гражданской обороны в защите населения России от оружия массового поражения (ОМП); * виды оружия массового поражения: ядерное, химическое и бактериологическое; современные обычные средства поражения.   Ключевые понятия темы:  военная безопасность; оружие массового поражения; очаг поражения; зона радиоактивного поражения местности; ядерное оружие;  химическое оружие; бактериологическое |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | (биологическое) оружие; карантин; обсервация; современные обычные средства поражения; виды оружия на новых  принципах |
| 2.4.2 | Защита населения и территорий от радиационной опасности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * радиационная безопасность населения и территорий; радиационная опасность, экспозиционная доза облучения и уровень радиации; * общие рекомендации при угрозе радиационного заражения.   Ключевые понятия темы:  радиационная опасность; ионизирующее излучение; экспозиционная доза облучения; уровень радиации; радиационная безопасность;  меры обеспечения безопасности |
| 2.4.3 | Средства коллективной защиты от оружия массового поражения | 1 | Вопросы для обсуждения:   * убежища и укрытия — средства коллективной защиты населения; * защитные свойства и характерные особенности убежищ, укрытий; * особенности противорадиационного укрытия. Ключевые понятия темы:   инженерные сооружения гражданской обороны; убежище;  противорадиационное укрытие; простейшее укрытие |
| 2.4.4 | Защита населения и территорий от биологической  и экологической опасности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * характеристика биологических (биолого- социальных) чрезвычайных ситуаций; * источники биолого-социальной и экологической опасности; * экологический кризис, экологическая безопасность.   Ключевые понятия темы:  биологическая и экологическая опасность; биологические средства; биологические агенты; биологический терроризм; источники биолого- социальной чрезвычайной ситуации; биологическая опасность; биологическая безопасность; чрезвычайная экологическая  ситуация; экологическая безопасность. |
| 2.4.5 | Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи | 1 | Вопросы для обсуждения:   * защита органов дыхания и кожных покровов; * защитные свойства и характеристики противогазов; * специальные и простейшие средства индивидуальной   защиты.  Ключевые понятия темы:  средства индивидуальной защиты органов дыхания; противогаз фильтрующий, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | изолирующий; медицинские средства защиты  кожи; респиратор; ватно-марлевая повязка; средства индивидуальной защиты кожи. |
| **2.5** | **Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на**  **защите государства от военных угроз** | **5** |  |
| 2.5.1 | Вооруженные Силы Российской  Федерации: организационные основы | 1 | Вопросы для обсуждения:   * основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; * геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия развития и обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил нашего государства; * структура Вооруженных Сил Российской Федерации.   Ключевые понятия темы:  Вооруженные Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооруженными Силами Российской Федерации; Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение;  воинская часть |
| 2.5.2 | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 | Вопросы для обсуждения:   * состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации; * виды Вооруженных Сил: краткая характеристика и назначение; * рода войск: краткая характеристика и назначение.   Ключевые понятия темы:  состав Вооруженных Сил Российской Федерации; Сухопутные войска; Воздушно-космические силы; Военно-Морской Флот; Ракетные войска стратегического назначения; Воздушно-десантные войска; Тыл Вооруженных  Сил |
| 2.5.3 | Воинская обязанность и военная служба | 1 | Вопросы для обсуждения:   * законодательные основы военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации; * воинская обязанность: краткая характеристика и назначение; * военная служба и допризывная подготовка. Ключевые понятия темы:   воинская обязанность; мобилизация; военное положение; военная служба; Военная присяга; обязательная подготовка; добровольная  подготовка |
| 2.5.4 | Права и обязанности  военнослужащих | 1 | Вопросы для обсуждения:   * законодательные основы социальной защиты |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | военнослужащих;   * права и обязанности военнослужащих; * виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим.   Ключевые понятия темы:  социальный статус; права военнослужащих; обязанности военнослужащих: общие,  должностные, специальные; воинская дисциплина; единоначалие; верность воинскому долгу |
| 2.5.5 | Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 | Вопросы для обсуждения:   * боевые традиции Российской армии; * ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.   Ключевые понятия темы:  боевые традиции; воинские ритуалы; патриотизм; воинский долг; воинская честь; Военная присяга; Боевое знамя воинской части; воинский коллектив;  войсковое товарищество. |
| **3** | **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа**  **жизни** | **10** |  |
| **3.6** | **Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и**  **неинфекционные заболевания** | **5** |  |
| 3.6.1 | Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья | 1 | Вопросы для обсуждения:   * подходы к пониманию сущности здоровья; * медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; * социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания.   Ключевые понятия темы:  медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное  здоровье человека; сфера здравоохранения; санитарное просвещение. |
| 3.6.2 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 1 | Вопросы для обсуждения:   * что такое здоровый образ жизни; * факторы, влияющие на здоровье; * основные составляющие здорового образа жизни человека.   Ключевые понятия темы:  образ жизни; здоровый образ жизни; культура  здоровья; факторы риска; основные составляющие здорового образа жизни. |
| 3.6.3 | Инфекционные заболевания: их особенности и меры  профилактики | 1 | Вопросы для обсуждения:   * основные инфекционные болезни:   классификация, механизмы передачи инфекции, меры медицинской помощи; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | * источники инфекционных заболеваний и факторы риска; * меры профилактики инфекционных заболеваний и иммунитет.   Ключевые понятия темы:  эпидемия; пандемия; инфекционные заболевания; классификация инфекционных заболеваний; иммунитет; вакцинация; факторы риска;  обсервация; карантин; дезинфекция. |
| 3.6.4 | Факторы риска  неинфекционных заболеваний  и меры их профилактики | 1 | Вопросы для обсуждения:   * факторы риска основных неинфекционных заболеваний; * факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний; * меры профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.   Ключевые понятия темы:  основные неинфекционные заболевания; сердечно- сосудистые заболевания; атеросклероз;  артериальная гипертензия |
| 3.6.5 | Профилактика заболеваний, передающихся половым путем | 1 | Вопросы для обсуждения:   * факторы риска заболеваний, передающихся половым путем; * культура полового поведения юноши и девушки; * симптомы, последствия и меры профилактики заболеваний, передающихся половым путем. Ключевые понятия темы:   половое воспитание; целомудрие; заболевания, передающиеся половым путем; профилактика  заболеваний, передающихся половым путем. |
| **3.7** | **Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных**  **состояниях** | **4** |  |
| 3.7.1 | Правила оказания первой помощи при травмах | 1 | Вопросы для обсуждения:   * понятие об асептике, антисептике, антибиотиках; * порядок и правила оказания первой помощи при травмах; * способы снижения остроты боли и противошоковые мероприятия. Ключевые понятия темы:   асептика; антисептика; антибиотики; общие правила оказания первой помощи при травмах;  иммобилизация; шинирование. |
| 3.7.2 | Первая помощь при кровотечениях, ранениях | 1 | Вопросы для обсуждения:   * виды кровотечений, их особенности; * особенности паренхиматозных кровотечений; * способы оказания первой помощи при кровотечениях.   Ключевые понятия темы:  кровотечение: артериальное, венозное, капиллярное |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 3.7.3 | Первая помощь: сердечно-легочная реанимация | 1 | Вопросы для обсуждения:   * признаки жизни и смерти; * правила проведения сердечно-легочной реанимации.   Ключевые понятия темы:  сердечно-легочная реанимация; признаки жизни; признаки смерти; искусственное дыхание способом «рот в рот»; надавливание на грудную  клетку |
| 3.7.4 | Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах | 1 | Вопросы для обсуждения:   * признаки ушиба, растяжения связок, вывиха, перелома; * первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах; * первая помощь при переломах и комбинированных травмах; * иммобилизация и транспортировка пострадавших.   Ключевые понятия темы:  ушиб; растяжение связок; вывих; перелом; иммобилизация |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ СБОРОВ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| п/п | Тема, содержание и вид занятий | Кол-во часов | Руководитель занятия | Место проведения | Материальное обеспечение |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| До начала учебного сбора | | | | | |
|  | Вводное занятие с | 1 | Руководитель | Место | Пакет |
| участниками сбора |  | учебных | проведения по | нормативно- |
| по порядку |  | сборов с | согласованию | правовых |
| организации его |  | представителя |  | документов |
| проведения и |  | ми ОУ. |  |  |
| требований, |  |  |  |  |
| предъявляемых к |  |  |  |  |
| обучающимся. |  |  |  |  |
| 1 день | | | | | |
| 1. | Общее построение. | 0,5 | Представитель | Строевой плац | План |
|  | Открытие учебных |  | воинской |  | проведения |
|  | сборов. |  | части. |  | учебных сборов |
|  | Вопросы |  | Руководитель |  |  |
|  | обеспечения |  | учебных |  |  |
|  | безопасности по |  | сборов. |  |  |
|  | время прохождения |  |  |  |  |
|  | учебных сборов. |  |  |  |  |
| 2. | Основы обеспечения | 1 | Начальник | Расположение | План |
|  | безопасности |  | учебных | подразделения, | проведения |
|  | военной службы |  | сборов, | места несения | занятия, учебная |
|  |  |  | представитель | службы, | литература, |
|  |  |  | соединения | учебные | учебное оружие |
|  |  |  | (воинской | объекты | и патроны к |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | части) | соединения (воинской части) | нему, средства отображения информации, плакаты и схемы |
| 3. | Тактическая подготовка | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения  занятия, учебная литература, учебное оружие и патроны к нему, средства отображения информации,  плакаты и схемы |
| 4. | Организация караульной службы.  Обязанности часового. | 1 | Представитель воинской части | Караульный городок | Устав караульной службы |
| 6. | 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 | Представитель воинской части | Строевой плац | План проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 7. | Физическая подготовка. Практическое занятие.  Силовые упражнения (подтягивание, отжимание) | 1,5 | Представитель воинской части | Спортивная площадка | План проведения занятия.  Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах РФ (2009 г.), спортивный  инвентарь |
| 8. | Медицинская подготовка. Практическое занятие.  Основы сохранения | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения занятия,  медицинская аптечка, |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | здоровья военнослужащих. Оказание первой помощи.  Неотложные  реанимационные мероприятия. |  |  |  | медицинский инвентарь, подручные средства, плакаты |
| 2 день | | | | | |
| 1. | Огневая подготовка.  Практическое занятие.  Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия  . Работа частей и механизмов винтовки при заряжании и стрельбе. | 5 | Представитель воинской части и педагогический работник образовательно го учреждения, осуществляющ ий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам  военной службы | Стрелковый тир | План проведения занятия, учебные винтовки |
| 2. | Общевоинские  уставы. Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент  служебного времени. | 1 | Представитель  воинской части | Учебный класс | План  проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ |
| 3 | Строевая подготовка.  Практическое  занятие. Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения.  Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении. Строй подразделений в пешем порядке. | 1 | Представитель воинской части и педагогический работник образовательно го учреждения, осуществляющ ий обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной  службы | Строевой плац | План проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 день | | | | | |
| 1. | Строевая подготовка. Практическое занятие.  Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение воинского приветствия на месте  и в движении. | 2 | Представитель воинской части | Строевой плац. | План проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 2. | Радиационная, химическая и биологическая защита Практическое занятие.  Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического  заражения. | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения  занятия, сборник нормативов, общевойсковые защитные костюмы, общевойсковые противогазы |
| 3. | Общевоинские уставы теоретическое занятие.  Несение караульной службы - выполнение боевой задачи, состав караула. Часовой и караульный.  Обязанности  часового. Пост и его оборудование. | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения занятия, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации, оборудование |
| 4. | 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 Российской Федерации» (2009 г.),  спортивный инвентарь |
| 5. | Тактическая  подготовка. | 1 | Представитель  воинской части | Спортивная  площадка | План  проведения |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Теоретическое  занятие.  Движения солдата в бою. Передвижения на поле боя. |  |  |  | занятия, Боевой  устав по подготовке и ведению общевойскового боя |
| 6. | Огневая подготовка.  Практическое занятие.  Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия Назначение, боевые свойства и устройство автомата, разборка и сборка.  Работа частей и механизмов автомата при заряжании и стрельбе. | 1 | Представитель  воинской части | Стрелковый тир | План  проведения занятия, учебные винтовки |
|  |  |  | 4 день |  |  |
| 1. | Медицинская  подготовка. Практическое занятие.  Основы сохранения здоровья военнослужащих.  Оказание первой помощи.. | 1 | Представитель  воинской части | Учебный класс | План  проведения занятия, медицинская аптечка, медицинский инвентарь, подручные средства, плакаты |
| 2. | Тактическая  подготовка Теоретическое занятие.  Обязанности наблюдателя. Выбор места наблюдения, его занятие, оборудование и маскировка, оснащение наблюдательного поста. | 1 | Представитель  воинской части | Спортивный  городок | Боевой устав по  подготовке и ведению общевойскового боя (часть III), флажки |
| 3. | Огневая подготовка.  Практическое | 1 | Представитель  воинской части | Учебный класс | План  проведения |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | занятие. Требования безопасности при проведении занятий по огневой  подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия. Назначение, боевые свойства и устройство автомата, разборка и сборка.  Работа частей и механизмов автомата при заряжании и стрельбе.  Выполнение упражнений  начальных стрельб. |  |  |  | занятия, курс стрельб из стрелкового оружия, плакаты и схемы, учебно- тренировочные средства |
| 4. | Радиационная, химическая и биологическая защита Практическое занятие.  Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и  биологического заражения. | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения  занятия, сборник нормативов, общевойсковые защитные костюмы, общевойсковые противогазы |
| 5. | Физическая подготовка Практическое занятие.  Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3 - 5 км) | 1 | инструктор по физической подготовке соединения (воинской части) | Спортивный городок | План проведения занятия.  Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (2009 г.),  спортивный инвентарь |
| 6. | Строевая  подготовка. Практическое занятие. Строевые  приемы и движения  без оружия. | 2 | Представитель  воинской части | Строевой плац | План  проведения занятия, Строевой устав Вооруженных  Сил Российской |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Выполнение команд: "Становись",  "Равняйсь", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (одеть)".  Повороты на месте.  Движение строевым шагом. |  |  |  | Федерации |
| 5 день | | | | | |
| 1. | Физическая подготовка. Практическое занятие.  Разучивание и совершенствование физических упражнений, выполняемых на утренней физической зарядке. Совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль упражнения в  подтягивании на перекладине. | 1 | Представитель воинской части | Спортивная площадка | План проведения занятия.  Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (2009 г.),  спортивный инвентарь |
| 2. | Радиационная,  химическая и биологическая защита.  Практическое занятие.  Средства индивидуальной защиты и  пользование ими. | 1 | Представитель  воинской части | Учебный класс | План  проведения  занятия, сборник нормативов, общевойсковые защитные костюмы, общевойсковые противогазы |
| 3. | Размещение и быт военнослужащих. | 1 | Представитель  воинской части. | Учебный класс.  Экскурсия по воинской части. | План  проведения занятий. |
| 4. | Общевоинские уставы.  Обязанности дежурного по роте. Порядок приема и сдачи дежурства, действия при  подъеме по тревоге, прибытие в роту | 1 | Представитель воинской части | Учебный класс | План проведения занятия, Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | офицеров и старшин. Дисциплинарный устав. Практическое занятие. Воинская дисциплина.  Поощрение и дисциплинарные взыскания. Права военнослужащего. Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность  военнослужащих. |  |  |  | Дисциплинарны й устав Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 5. | Строевая подготовка.  Практическое  занятие. Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения.  Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении. Строй подразделений в пешем порядке.  Парад. | 2 | Представитель воинской части | Строевой плац | План проведения занятия, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации |
| 6. | Тактическая подготовка. Теоретическое занятие. Движения солдата в бою.  Передвижения на поле боя. | 1 | Представитель воинской части | Спортивная площадка | План проведения занятия, Боевой устав по подготовке и ведению  общевойскового боя |

# Тематическое планирование 11 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, глава, тема** | **Кол- во часов** | **Содержание** |
| **1** | **Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества,**  **государства** | **15** |  |
| **1.1** | **Глава 1. Научные основы**  **формирования культуры** |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **безопасности**  **жизнедеятельности человека**  **в современной среде обитания** | **5** |  |
| 1.1.1 | Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 1 | Вопросы для обсуждения:   * причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества; * образование и социальное воспитание — основы культуры безопасности   жизнедеятельности;   * личная ответственность — условие повышения общей безопасности жизнедеятельности.   Ключевые понятия темы:  институт социального воспитания; социальное взросление личности |
| 1.1.2 | Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий | 1 | Вопросы для обсуждения:   * экологичность, биоэтичность, ориентиры и критерии   развития науки и технологий;   * экологическая безопасность; * биоэтика — комплексная оценка культуры безопасности жизнедеятельности объектов техносферы.   Ключевые понятия темы:  научная картина мира; биоэтика; ключевые вопросы биоэтики |
| 1.1.3 | Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания | 1 | Вопросы для обсуждения:   * научные основы общей теории безопасности жизнедеятельности; * основные объекты общей теории безопасности жизнедеятельности и научные подходы к их изучению; * закон сохранения жизни, энергии в системе «человек —среда обитания» и   показатели благополучия и безопасности среды для человека.  Ключевые понятия темы: моделирование; методологические подходы: системный, средовый, экологический, аналитический, функциональный (объектный),  синергетический |
| 1.1.4 | Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * виды и источники антропогенных опасностей, критерии безопасности; * антропогенные, техногенные, социогенные проблемы; * система принципов и системный подход в обеспечении   безопасности. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Ключевые понятия темы:  безопасность; антропогенные опасности; потенциальная,  реальная и реализованная опасности; идентификация;  номенклатура опасностей; системный анализ безопасности |
| 1.1.5 | Основы управления безопасностью в системе  «человек — среда обитания» | 1 | Вопросы для обсуждения:   * системный подход к проектированию систем управления безопасностью; * система принципов обеспечения безопасности,   стратегия управления безопасностью жизнедеятельности;   * эргономические и психологические основы проектирования систем безопасности.   Ключевые понятия темы: управление безопасностью  жизнедеятельности; управление риском; уровни безопасности; виды совместимости;  гигиеническое нормирование |
| **1.2** | **Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества,**  **государства по обеспечению безопасности** | **5** |  |
| 1.2.1 | Обеспечение национальной безопасности России | 1 | Вопросы для обсуждения:   * национальная безопасность России в современном мире; * Стратегия национальной безопасности России.   Ключевые понятия темы: национальные интересы; национальная безопасность; Стратегия национальной  безопасности; социальная безопасность; оборона |
| 1.2.2 | Обеспечение социальной, экономической  и государственной безопасности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * взаимосвязь социально-экономического развития и национальной безопасности: Стратегия социально-экономического развития России; * социальная безопасность и меры ее обеспечения; * государственная безопасность и меры ее обеспечения.   Ключевые понятия темы:  глобализация; социальная безопасность; социальный институт; государственная  безопасность |
| 1.2.3 | Меры государства по  противодействию | 1 | Вопросы для обсуждения:   * роль государства в противодействии |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | военным угрозам, экстремизму, терроризму |  | терроризму; ФСБ России;   * Национальный антитеррористический комитет (НАК): задачи; * контртеррористическая операция и взаимодействие властных структур государства.   Ключевые понятия темы: Пограничная служба ФСБ Росии; пограничная деятельность; терроризм; экстремизм; Национальный антитеррористический комитет;  контртеррористическая операция |
| 1.2.4 | Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково- спасательная служба МЧС России | 1 | Вопросы для обсуждения:   * государственные меры защиты населения и территорий:РСЧС; * деятельность «чрезвычайного министерства»; * профессиональные и моральные качества спасателей —специалистов поисково- спасательной службы МЧС России. Ключевые понятия темы:   поисково-спасательная служба МЧС; добровольная пожарная дружина;  добровольчество |
| 1.2.5 | Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму | 1 | Вопросы для обсуждения:   * документы международного права и внешняя политика России; * гуманитарная помощь и миротворческая помощь; * участие России в деятельности Организации Объединенных Наций (ООН). Ключевые понятия темы:   национальные интересы России; Европейский союз (ЕС); Организация Объединенных Наций (ООН); гуманитарная помощь; волонтерское движение; гуманитарная миссия;  гуманитарная катастрофа |
| **1.3** | **Глава 3. Экстремальные**  **ситуации и безопасность человека** | **5** |  |
| 1.3.1 | Экстремальные ситуации криминогенного характера | 1 | Вопросы для обсуждения:   * характеристика чрезвычайных ситуаций криминогенно-   го характера и уголовная ответственность несовершеннолетних;   * хулиганство, грабеж, разбой, воровство, насилие, вандализм; * самооборона и меры предупреждения криминогенной опасности.   Ключевые понятия темы:  криминальный; криминогенный; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | преступление; экстремальная ситуация  криминогенного характера; самооборона |
| 1.3.2 | Экстремизм, терроризм и безопасность человека | 1 | Вопросы для обсуждения:   * зоны повышенной криминогенной опасности в городе;   толпа как скрытая опасность, меры спасения в толпе;   * уголовная ответственность за совершение ряда преступлений; * меры безопасности человека и общества в криминогенной ситуации.   Ключевые понятия темы:  зона повышенной криминогенной  опасности; толпа; заложник; терроризм; психологическая готовность |
| 1.3.3 | Наркотизм и безопасность человека | 1 | Вопросы для обсуждения:   * наркотизм как социальное зло, личная, общественная и государственная проблема; * наркотизм и меры безопасности. Ключевые понятия темы: наркотики; наркотизм; наркомания;   токсикомания |
| 1.3.4 | Дорожно-транспортная безопасность | 1 | Вопросы для обсуждения:   * культура безопасности дорожного движения; * роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения: федеральные целевые программы; * роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения.   Ключевые понятия темы:  дорожно-транспортное происшествие (ДТП); дорога;  участники дорожного движения; Правила дорожного движения (ПДД); Государственная инспекция безопасности  дорожного движения (ГИБДД) |
| 1.3.5 | Вынужденное автономное существование  в природных условиях | 1 | Вопросы для обсуждения:   * причины и проблемы вынужденной автономии; * меры преодоления страха, стресса, правила выживания; * необходимые умения по обеспечению автономного существования в природной среде; * подача сигналов бедствия. Ключевые понятия темы:   выживание; вынужденное автономное существование; факторы выживания; стресс; страх; НАЗ (носимый аварийный  запас) |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2** | **Раздел 2. Военная**  **безопасность государства** | **10** |  |
| **2.4** | **Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите**  **государства от военных угроз** | **5** |  |
| 2.4.1 | Основные задачи Вооруженных Сил | 1 | Вопросы для обсуждения:   * история армии: история побед и реформ; * основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время; * другие войска, воинские формирования и органы.   Ключевые понятия темы:  рекрутский набор; всеобщая воинская обязанность; Закон СССР «О всеобщей воинской обязанности»; Вооруженные  Силы Российской Федерации |
| 2.4.2 | Правовые основы воинской обязанности | 1 | Вопросы для обсуждения:   * правовые основы воинской обязанности; * воинский учет граждан России: назначение и содержание; * военная служба по контракту; * Военная присяга: социальное и военное назначение.   Ключевые понятия темы:  воинская обязанность; воинский учет;  военная служба по контракту; военный комиссариат; Военная присяга |
| 2.4.3 | Правовые основы военной службы | 1 | Вопросы для обсуждения:   * федеральные законы и воинские уставы; * взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины; * права и свободы военнослужащих; * увольнение с военной службы и запас Вооруженных Сил.   Ключевые понятия темы:  устав; мобилизация; запас Вооруженных Сил; воинский устав; внутренняя служба;  увольнение с военной службы; военные сборы |
| 2.4.4 | Подготовка граждан к военной службе:  обязательная и добровольная | 1 | Вопросы для обсуждения:   * обязательная подготовка граждан к военной службе; * добровольная подготовка граждан к военной службе; * военно-учетные специальности. Ключевые понятия темы:   обязательная подготовка к военной службе; добровольная подготовка к военной  службе; военно-учетная специальность |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2.4.5 | Требования воинской деятельности к личности военнослужащего | 1 | Вопросы для обсуждения:   * виды воинской деятельности и воинские обязанности; * морально-психологические требования к военнослужащим; * общие и специальные обязанности военнослужащих.   Ключевые понятия темы:  Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации; Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации; гарнизонная служба; караульная служба;  боевое дежурство; коллективизм |
| **2.5** | **Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской**  **армии** | **5** |  |
| 2.5.1 | Особенности военной службы по призыву  и альтернативной гражданской службы | 1 | Вопросы для обсуждения:   * прохождение военной службы по призыву; * значение воинской дисциплины; * значение принципа единоначалия в армии; * альтернативная гражданская служба. Ключевые понятия темы:   военная служба по призыву; воинская дисциплина; единоначалие; исполнительность; альтернативная  гражданская служба |
| 2.5.2 | Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира | 1 | Вопросы для обсуждения:   * право войны и «горячие точки» в международной политике; * гуманитарная помощь и миротворческие операции России.   Ключевые понятия темы:  право войны; миротворцы; комбатант;  «горячая точка»; гуманитарная помощь; гуманитарная катастрофа |
| 2.5.3 | Военные операции на территории России: борьба с терроризмом | 1 | Вопросы для обсуждения:   * участие Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом; * роль руководителя в обеспечении успеха контртеррористической операции; * особый правовой режим контртеррористической операции. Ключевые понятия темы: контртеррористическая операция;   группировка сил контртеррористической операции; бандит; бандформирование |
| 2.5.4 | Военные учения  Вооруженных Сил | 1 | Вопросы для обсуждения:   * военные учения; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Российской Федерации |  | * военная стратегия и тактика. Ключевые понятия темы:   военные учения; стратегия; тактика;  стратегическая цель; театр военных действий; геополитика |
| 2.5.5 | Боевая слава российских воинов | 1 | Вопросы для обсуждения:   * «викториальные дни» России; * Дни воинской славы Российской Федерации; * традиции памяти — духовная связь поколений.   Ключевые понятия темы:  Дни воинской славы; «викториальные дни» |
| **3** | **Раздел 3. Основы медицинских знаний и**  **здорового образа жизни** | **10** |  |
| **3.6** | **Глава 6. Основы здорового образа жизни** | **5** |  |
| 3.6.1 | Демографическая ситуация в России | 1 | Вопросы для обсуждения:   * демография и здоровье россиян: причины, проблемы, решения; * медицинское обеспечение населения России и культура здоровья. Ключевые понятия темы:   демография; депрессия; транквилизаторы; астения (астенический синдром) |
| 3.6.2 | Культура здорового образа жизни | 1 | Вопросы для обсуждения:   * компоненты культуры здорового образа жизни; * рациональная организация режима труда и отдыха; * принципы рациональности режима дня и биологические ритмы.   Ключевые понятия темы:  режим труда и отдыха; подростковый возраст; усталость; утомление,  биологические ритмы |
| 3.6.3 | Культура питания | 1 | Вопросы для обсуждения:   * что означает понятие «культура питания»; * главное правило рационального питания; * основные принципы рационального питания.   Ключевые понятия темы:  рациональное питание; культура питания; главное правило рационального питания; здоровое питание; основные принципы рационального питания; умеренность в питании; сбалансированность питания;  четырехразовое питание; полноценное питание; качество продуктов; диетология |
| 3.6.4 | Культура здорового образа  жизни и репродуктивное | 1 | Вопросы для обсуждения:   * подходы к пониманию сущности |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | здоровье |  | репродуктивного здоровья;   * биологическое и социальное взросление юноши и девушки; * социальная обусловленность культуры в отношениях представителей противоположных полов.   Ключевые понятия темы: подростковый возраст; репродуктивное здоровье; репродуктивная система;  целомудрие; духовность |
| 3.6.5 | Вредные привычки. Культура движения | 1 | Вопросы для обсуждения:   * причины и последствия вредных привычек; * двигательная активность и физическая культура — полезные привычки; * как связаны культура движения и здоровье.   Ключевые понятия темы:  привычка; вредная привычка; полезная  привычка; кинезофилия; культура движения; физическая культура; спорт |
| **3.7** | **Глава 7. Первая помощь при неотложных**  **состояниях** | **4** |  |
| 3.7.1 | Медико-психологическая помощь | 1 | Вопросы для обсуждения:   * права и обязанности очевидцев происшествия по оказанию первой помощи; * психотравмирующие ситуации и первая психологическая помощь; * медицина катастроф и службы экстренной медицинской помощи.   Ключевые понятия темы: экстремальная ситуация; шок;  травматический шок; первая помощь; кома; асфиксия; аспирация; первая психологическая помощь; медицина  катастроф |
| 3.7.2 | Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении | 1 | Вопросы для обсуждения:   * последствия радиации, взрывов, отравляющих веществ; * первая помощь при комбинированных травмах, электротравмах; * первая помощь при ожогах: термических, химических.   Ключевые понятия темы: комбинированная травма; ожог; ожоговый  шок; отравление; яд; обморожение |
| 3.7.3 | Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии | 1 | Вопросы для обсуждения:   * правовые основы оказания первой   помощи при дорожно-транспортном происшествии; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | * юридическая ответственность и безопасность очевидцев дорожно- транспортного происшествия; * обязанности водителя при дорожно- транспортном происшествии и правило   «золотого часа» при оказании первой помощи.  Ключевые понятия темы: участники дорожного движения;  клиническая смерть; биологическая смерть; сердечно-легочная реанимация |
| 3.7.4 | Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами,  ядами, наркотическими веществами | 1 | Вопросы для обсуждения:   * острое отравление и его причины; * первая помощь при отравлении никотином; * первая помощь при отравлении алкоголем и его суррогатами; * первая помощь при отравлении лекарственными препаратами; * первая помощь при отравлении наркотическими веществами. Ключевые понятия темы:   острое отравление; никотин; этанол;  суррогат алкоголя; метанол (метиловый спирт); этиленгликоль |