

А. Т. Смирнов
Б. О. Хренников

Основы безопасности жизнедеятельности

Комплексная программа
5–11 классы
Под общей редакцией А. Т. Смирнова

Москва «Просвещение» 2010

Введение

Комплексная учебная программа по основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) для 5–11 классов разработана на основе федерального компонента Государственного стандарта по основам безопасности жизнедеятельности и в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации.

Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у обучающихся современного уровня культуры безопасности и подготовки их к военной службе при модульной структуре содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Под **учебным модулем** следует понимать конструктивно завершённую часть курса, основанную на его методологии и включающую в себя такой объём учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля и семь разделов.

Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Учебные модули					
М-1		М-2		М-3	
Основы безопасности личности, общества и государства		Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		Обеспечение военной безопасности государств	
Разделы					
P-1	Основы комплексной безопасности	P-4	Основы здорового образа жизни	P-6	Основы обороны государства
P-2	Защита населения от чрезвычайных ситуаций	P-5	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	P-7	Основы военной службы (в том числе, учебные сборы)
P-3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации				

Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации». Основу содержания данного раздела составляет критика экстремизма и терроризма, формирование у учащихся антитеррористического поведения, навыков безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Изучение раздела 3 модуля 1 предусмотрено в 5, 7, 9, 10 классах.

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;
- повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учётом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам (при поурочном планировании предмета по годам обучения), а также с учётом особенностей обстановки в регионе в области безопасности (при разработке региональных учебных программ);
- эффективнее использовать межпредметные связи: элементы содержания курса ОБЖ могут быть использованы в других предметах, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира;

- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на второй и третьей ступенях образования;

- более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам;

- более эффективно организовать систему повышения квалификации и профессиональную подготовку преподавателей-организаторов ОБЖ.

Комплексная учебная программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5–11 классов состоит из двух частей.

Часть I. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебная программа для 5–9 классов.

Часть II. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебная программа для 10–11 классов.

Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Учебная программа для девушек, обучающихся в 10–11 классах.

Каждая учебная программа включает в себя:

1. Пояснительную записку.
2. Тематический план (общий план содержания курса с распределением по учебным часам).
3. Основное содержание учебной программы.
4. Требования к уровню подготовки учащихся.
5. Тематическое поурочное планирование учебной программы в каждом классе.

Преподавание ведет, как правило, преподаватель-организатор ОБЖ, должностные обязанности которого утверждены постановлением Министерства труда России от 17 августа 1995 г. № 46.

Часть I

Основы безопасности жизнедеятельности

Учебная программа для 5–9 классов

1. Пояснительная записка

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Анализ трагических последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций показывает, что более чем в 80% случаев *причиной гибели людей является человеческий фактор*. Трагедия чаще всего происходит из-за несоблюдения человеком комплекса мер безопасности в различных жизненных ситуациях, в том числе и при угрозе совершения террористического акта, пренебрежения к соблюдению норм здорового образа жизни и установленных норм безопасного поведения в повседневной жизни (безопасность на дорогах, пожарная безопасность, безопасность в быту и др.).

По мнению специалистов МЧС России, человеческий фактор в настоящее время является, если не главным, то определяющим в деле обеспечения личной безопасности каждого человека и национальной безопасности России. При этом роль человека в обеспечении личной безопасности и национальной безопасности России постоянно возрастает.

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе

комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под **культурой безопасности жизнедеятельности** следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». В то же время предмет основы безопасности жизнедеятельности через собственную систему образовательных модулей реализует подготовку учащихся к безопасной жизни в реальной окружающей среде – природной, техногенной и социальной.

Настоящая учебная программа представляет собой первую часть комплексной учебной программы по основам безопасности жизнедеятельности для 5–11 классов.

При разработке содержания данной учебной программы принималась во внимание специфика содержания курса ОБЖ, которая заключается в следующем:

- учёт основных закономерностей развития теории безопасности;
- интегративность (проблематика курса основы безопасности жизнедеятельности охватывает многие сферы человеческой деятельности и является результатом взаимодействия разнообразных систем, направленных на сохранение жизни человека и окружающей среды);

- направленность на формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

При разработке структуры и содержания программы были учтены педагогические принципы организации учебно-воспитательного процесса в области безопасности жизнедеятельности, а именно:

- непрерывность обучения с 5 по 11 классы с использованием возможностей инвариантной и вариативной частей базисного учебного плана;
- постепенное наращивание информационной и воспитательной нагрузки учащихся в области безопасности жизнедеятельности с учётом их возрастных особенностей и уровня подготовки по остальным школьным предметам в каждом классе, чтобы уровень культуры в области безопасности жизнедеятельности выпускников школы соответствовал принятому в Российской Федерации;
- обеспечение разделения учебной нагрузки между федеральным и региональным компонентами при условии, что федеральный уровень обеспечивает научно-теоретическую основу формирования единого образовательного пространства в области безопасности, а региональный уровень – повышение практической подготовки обучаемых к безопасному поведению с учётом региональных особенностей (это должно учитываться при разработке региональных учебных программ).

Цели изучения данной программы:

- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- подготовленность учащихся к службе в армии и к обороне Отечества;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию;
- осознание учащимися ценности семьи как первоосновы общественного развития.

Достижение этих целей обеспечивается решением следующих учебных **задач**:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и антиобщественному поведению.

Личностными результатами обучения являются:

- неприятие терроризма и экстремизма;
- усвоение правил поведения при угрозе террористического акта;
- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- потребность соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями

- формулировать личные понятия о безопасности; 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;
- овладение обучающимися навыками самостоятельного определения целей и задач безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение, если оно не носит противоправного характера;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование твёрдой установки на противостояние идеологии экстремизма и терроризма.

Предметными результатами обучения в основной школе являются:

1. *В познавательной сфере:*

- знания:

- об опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
 - о чрезвычайных ситуациях, об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - о здоровом образе жизни;
 - об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.
- умения применять полученные теоретические знания на практике, в том числе принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- формировать антитеррористическое поведение.

Структурные компоненты курса ОБЖ в учебной программе для 5–9 классов представлены в двух учебных модулях, которые охватывают весь минимум содержания, определённый для этого курса с учётом перспектив его развития. Первый модуль содержит 3 раздела и 12 тем. Второй модуль содержит 2 раздела и 5 тем. При этом количество тем может варьироваться.

Модульная система построения учебной программы позволит преподавателю более рационально распределить учебный материал. Так, например, тематика «Защита населения от последствий землетрясений» из

раздела 1 «Основы комплексной безопасности» может изучаться в разделе 2 «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» (см.: поурочный план, 7 класс). Изучение тематики раздела 3 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» варьируется в зависимости от возрастных особенностей и уровня подготовленности учащихся. Так, в 5 классе изучаются темы, связанные с антиобщественным поведением и общими характеристиками экстремизма и терроризма, рассматриваются также причины возникновения экстремизма и терроризма. В 7 и 9 классах больше внимания уделяется ответственности за экстремистские и террористические действия, умению противостоять экстремизму и терроризму.

Модуль 1 (М-1). Основы безопасности личности, общества и государства.

Модуль обеспечивает:

- формирование у обучаемых современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, комплекса правил безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знакомство учащихся с основами противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, воспитание у них отрицательного отношения к антиобщественному поведению, употреблению наркотиков;
- формирование антитеррористического поведения.

Модуль включает в себя три раздела

Раздел 1 (Р-1). Основы комплексной безопасности (изучается с 5 по 9 класс)

Раздел 2 (Р-2). Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (изучается с 7 по 9 класс)

Раздел 3 (Р-3). Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (изучается в 5, 7 и 9 классах)

Модуль 2 (М-2). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучающихся, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь.

Модуль включает в себя два раздела.

Раздел 4 (Р-4). Основы здорового образа жизни

Раздел 5 (Р-5). Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

После изучения каждого модуля в каждом классе выполняется *итоговое задание*. Это может быть реферат, доклад, проектное задание, анализ ситуации и т. д.

Для реализации программы на её изучение необходимо предусмотреть по 1 ч учебного времени в неделю с 5 по 9 классы.

Логичным продолжением усвоения программы во внеурочное время является участие школьников во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», в работе различных кружков, секций и клубов.

Для формирования оценки по ОБЖ преподаватель может использовать пособие: Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 классе / научн. руководитель Г. С. Ковалёва; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2006–2009.

2. Тематический план

5–9 классы

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	122
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	80

Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	24
Тема 2	Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях	25
Тема 3	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	31
<i>Р-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	22
Тема 4	Организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	3
Тема 5	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	5
Тема 6	Правовые основы защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	14
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	20
Тема 7	Общие понятия о терроризме и экстремизме	8
Тема 8	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	3
Тема 9	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	2
Тема 10	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	4
Тема 11	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической экстремистской деятельности	1
Тема 12	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	53
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	31
Тема 13	Здоровый образ жизни и его составляющие	17
Тема 14	Факторы, разрушающие здоровье	11

Тема 15	Правовые аспекты взаимоотношения полов	3
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	22
Тема 16	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	20
Тема 17	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	1
Всего часов		175

3. Содержание учебной программы для 5–9 классов

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

1.1. Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, причины их возникновения и возможные последствия. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1.2. Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

1.3. Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

1.4. Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Само- и взаимопомощь терпящих бедствие на воде.

1.5. Экология и безопасность

Загрязнение окружающей природной среды. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Тема 2. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

2.1. Подготовка к активному отдыху на природе

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

2.2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

2.3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

2.4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

2.5. Опасные ситуации в природных условиях

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Тема 3. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

3.1. Чрезвычайные ситуации природного характера

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины).

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи).

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами).

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии).

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

3.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.
Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
Потенциально опасные объекты.

Аварии на радиационно опасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах, на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

3.3. Военная угроза национальной безопасности России

Военная угроза национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 4. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её задачи.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности страны, её задачи и предназначение.

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России в формировании современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны.

Тема 5. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Тема 6. Правовые основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие защищённость жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Тема 7. Общие понятия о терроризме и экстремизме

Основные причины возникновения терроризма и экстремизма. Основные цели, способы осуществления и возможные последствия терроризма и экстремизма. Виды террористической деятельности. Противодействие терроризму в мировом сообществе.

Тема 8. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации

Положения Конституции Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации.

Содержание законов Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремистской деятельности.

Тема 9. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Указ Президента Российской Федерации «О мерах противодействия терроризму в Российской Федерации». Контртеррористическая операция. Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

Тема 10. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Готовность оказывать помощь государству в противодействии терроризму. Противодействие стрессовым факторам.

Индивидуальная система здорового образа жизни и профилактика террористической деятельности. Влияние уровня культуры безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения. Профилактика террористической деятельности.

Тема 11. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности

Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за антиобщественное поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности. Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Тема 12. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Наиболее опасные террористические акты

Взрывы в местах массового скопления людей. Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удерживание в них заложников.

Правила поведения при возможной опасности взрыва.

Признаки, по которым можно судить о возникновении опасности взрыва. Правила безопасного поведения, если взрыв произошел, если вас завалило обломками стен.

Меры безопасности в случае похищения или захвата в заложники

Правила поведения в случае захвата в заложники. Правила поведения при нападении с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета. Правила поведения при перестрелке.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Тема 13. Здоровый образ жизни и его составляющие

13.1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья

человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического и психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств.

13.2. Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Психологическая уравновешенность и её значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Тема 14. Факторы, разрушающие здоровье

14.1. Вредные привычки и их влияние на здоровье

Основные вредные привычки. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и её отрицательные последствия на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.

14.2. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека

Инфекции, передаваемые половым путём. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. СПИД – угроза здоровью личности и общества.

Профилактика инфекций, передаваемых половым путём, и ВИЧ-инфекции.

Тема 15. Правовые аспекты взаимоотношения полов

15.1. Семья в современном обществе

Законодательство и семья. Основы семейного права в Российской Федерации. Брак и семья, основные понятия и определения. Семья и здоровый образ жизни, основные функции семьи.

Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 16. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

16.1. Основы медицинских знаний

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека.

Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений.

Средства оказания первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка.

Природные лекарственные средства. Перевязочные материалы, дезинфицирующие средства.

Основные неинфекционные заболевания, их причины, связь с образом жизни. Профилактика неинфекционных заболеваний.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики.

Тема 11. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

11.1. Правила оказания первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь при отравлении.

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего.

Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения.

Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции лёгких и непрямого массажа сердца.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Тема 17. Первая медицинская помощь при массовых поражениях

17.1. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях

Основные причины возникновения массового поражения людей природного, техногенного и социального характера.

Основные мероприятия, проводимые в местах массового поражения людей (извлечение пострадавших из-под завала, введение обезболивающих средств, освобождение верхних дыхательных путей и др.).

4. Требования к уровню подготовки учащихся 9 классов

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 5–9 классах учащийся должен **знать**:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные положения Конституции Российской Федерации, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и других государственных документов по противодействию терроризму;

- основные причины возникновения терроризма и экстремизма, основные виды террористической деятельности;
- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации борьбы с терроризмом;
- основные виды уголовной ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение и террористическую деятельность;
- правила поведения при угрозе террористического акта;
- государственную политику противодействия наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании.

Учащийся должен **уметь**:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, **учащийся должен обладать компетенциями** по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- противостояния влиянию идеологии экстремизма и терроризма;
- формирования духовно-нравственных основ противодействия терроризму и экстремизму;
- воспитанию у себя отрицательного отношения к антиобщественному поведению и употреблению наркотиков.

5. Тематическое и поурочное планирование для учебной программы 5–9 классов

Тематический план
5 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества, государства	22
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	15
Тема 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	6
Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	7
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
Тема 6	Общие понятия о терроризме и экстремизме	4
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	13

<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
Тема 8	Факторы, разрушающие здоровья	2
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	8
Тема 9	Первая медицинская помощь и правила её оказания	8
Всего часов		35

Поурочный план

5 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>P-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	15
Тема 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
1.1	Город как среда обитания	1
1.2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1
1.3	Особенности природных условий в городе	1
1.4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1
1.5	Безопасность в повседневной жизни	1
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	6
2.1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
2.2	Пешеход. Безопасность пешехода	1
2.3	Пассажир. Безопасность пассажира	1

2.4	Водитель	1
2.5	Пожарная безопасность	1
2.6	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1
Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2
3.1	Погодные условия и безопасность человека	1
3.2	Безопасность на водоёмах	1
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
4.1	Чрезвычайные ситуации природного характера	1
4.2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	7
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
5.1	Криминогенные ситуации и антиобщественное поведение	1
5.2	Обеспечение личной безопасности дома	1
5.3	Обеспечение личной безопасности на улице	1
Тема 6	Общие понятия о терроризме и экстремизме	4
6.1	Экстремизм и терроризм – общие понятия и причины их возникновения	1
6.2	Виды экстремистской и террористической деятельности	1
6.3	Виды террористических актов и их последствия	1
6.4	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 7	Возрастные особенности человека и здоровый образ жизни	3
7.1	О здоровом образе жизни	1

7.2	Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни	1
7.3	Рациональное питание. Гигиена питания	1
Тема 8	Факторы, разрушающие здоровье	2
8.1	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1
8.2	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	1
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	8
Тема 9	Первая медицинская помощь и правила её оказания	8
9.1	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	2
9.2	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия)	3
9.3	Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия)	3
Всего часов		35

Тематический план

6 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	25
<i>P-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	25
Тема 1	Подготовка к активному отдыху на природе	6
Тема 2	Активный отдых на природе и безопасность	5
Тема 3	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6
Тема 4	Обеспечение безопасности при автономном существовании и человека в природной среде	4
Тема 5	Опасные ситуации в природных условиях	4

<i>Итоговое задание</i>		
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 6	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6
Тема 7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	6
<i>Итоговое задание</i>		
Всего часов		35

Поурочный план

6 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>P-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	25
Тема 1	Подготовка к активному отдыху на природе	6
1.1	Природа и человек	1
1.2	Ориентирование на местности	1
1.3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1
1.4	Подготовка к выходу на природу	1
1.5	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1
1.6	Определение необходимого снаряжения для похода	1
Тема 2	Активный отдых на природе и безопасность	5
2.1	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1
2.2	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1
2.3	Подготовка и проведение лыжных походов	1
2.4	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1
2.5	Велосипедные походы и безопасность туристов	1
Тема 3	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6
3.1	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1
3.2	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1
3.3	Акклиматизация в горной местности	1
3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1
3.5	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1

3.6	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1
Тема 4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде	4
4.1	Автономное существование человека в природе	1
4.2	Добровольная автономия человека в природной среде	1
4.3	Вынужденная автономия человека в природной среде	1
4.4	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1
Тема 5	Опасные ситуации в природных условиях	4
5.1	Опасные погодные явления	1
5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
5.3	Укусы насекомых и защита от них	1
5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика	1
<i>P-4</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 6	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	3
6.1	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1
6.2	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1
6.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом солнечном ударах, отморожении и ожоге	1
6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1
<i>P-3</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6
Тема 7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	6
7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1
7.2	Компьютер и его влияние на здоровье	1
7.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
7.4	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
7.5	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на	1

	здоровье человека	
7.6	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	1
Всего часов		35

Тематический план

7 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	28
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	16
Тема 1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	3
Тема 2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	4
Тема 3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	2
Тема 4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	4
Тема 5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения	3
<i>Р-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	8
Тема 2	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	3
Тема 3	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения	1

Тема 4	Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения	3
Тема 5	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биологического происхождения	1
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	4
Тема 6	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	4
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа	7
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	3
Тема 7	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 8	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
Всего часов		35

Поурочный план

7 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	16
Тема 1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	3
1.1	Различные природные явления	1
1.2	Общая характеристика природных явлений	1
1.3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1
Тема 2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения,	4
2.1	Землетрясение. Причины возникновения и возможные	1

	последствия	
2.3	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1
2.4	Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов	1
2.7	Обвалы и снежные лавины	1
Тема 3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия	2
3.1	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	1
3.3	Смерчи	1
Тема 4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	4
4.1	Наводнения. Виды наводнений и их причины	1
4.3	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	1
4.4	Сели и их характеристика	1
4.6	Цунами и их характеристика	1
Тема 5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения	3
5.1	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1
5.3	Эпидемии	
5.4	Эпизоотии и эпифитотии	1
<i>P-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	8
Тема 2	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	3
2.2	Защита населения от последствий землетрясений	1
2.5	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1
2.6	Оползни, их последствия, защита населения	1
Тема 3	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения	1
3.2	Защита населения от последствий ураганов и бурь	1
Тема 4	Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения	3
4.2	Защита населения от последствий наводнений	1
4.5	Защита населения от последствий селевых потоков	1

4.7	Защита населения от цунами	1
Тема 5	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биологического происхождения	1
5.2	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1
<i>P-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	4
Тема 6	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	4
6.1	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	1
6.2	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	3
<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	3
Тема 7	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3
7.1	Психологическая уравновешенность	1
7.2	Стресс и его влияние на человека	1
7.3	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 8	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
8.1	Общие правила оказания первой медицинской помощи	1
8.2	Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1
8.3	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1
8.4	Общие правила транспортировки пострадавшего	1
Всего часов		35

Тематический план

8 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	23
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	16
Тема 1	Пожарная безопасность	3
Тема 2	Безопасность на дорогах	3
Тема 3	Безопасность на водоёмах	3
Тема 4	Экология и безопасность	2
Тема 5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия	5
<i>Р-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	7
Тема 5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения	4
Тема 6	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	3
<i>Итоговое задание</i>		
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	8
Тема 7	Здоровый образ жизни и его составляющие	8
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 8	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
<i>Итоговое задание</i>		
Всего часов		35

Поурочный план

8 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>P-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	16
Тема 1	Пожарная безопасность	3
1.1	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия	1
1.2	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения	1
1.3	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах	1
Тема 2	Безопасность на дорогах	3
2.1	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей	1
2.2	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров	1
2.4	Велосипедист – водитель транспортного средства	1
Тема 3	Безопасность на водоёмах	3
3.1	Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях	1
3.2	Безопасный отдых на водоёмах	1
3.3	Оказание помощи терпящим бедствие на воде	1
Тема 4	Экология и безопасность	2
4.1	Загрязнение окружающей среды и здоровье человека	1
4.2	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке	1
Тема 5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения	5
5.1	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1
5.2	Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные	1

	последствия	
5.4	Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия	1
5.6	Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия	1
5.8	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия	1
<i>P-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	7
Тема 5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения	4
5.3	Обеспечение радиационной безопасности населения	1
5.5	Обеспечение химической защиты населения	1
5.7	Обеспечение защиты населения от последствий аварий а взрывопожароопасных объектах	1
5.9	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях	1
Тема 6	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	3
6.1	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера	1
6.2	Эвакуация населения	1
6.3	Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1
<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	8
Тема 7	Здоровый образ жизни и его составляющие	8
7.1	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека	1
7.2	Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность	1
7.3	Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества	1
7.4	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1
7.5	Здоровый образ жизни и профилактика основных	1

	неинфекционных заболеваний	
7.6	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1
7.7	Профилактика вредных привычек	1
7.8	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1
<i>P-4</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4
Тема 8	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
8.1	Первая медицинская помощь пострадавшим и её значение	1
8.2	Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами	1
8.3	Первая медицинская помощь при травмах	1
8.4	Первая медицинская помощь при утоплении	1
Всего часов		35

Тематический план

9 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	24
<i>P-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	8
Тема 1	Национальная безопасность России в современном мире	4
Тема 2	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России	4
<i>P-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	7
Тема 3	Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	3
Тема 4	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	4
<i>P-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	9
Тема 5	Общие понятия о терроризме и экстремизме	2

Тема 6	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	3
Тема 7	Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации	2
Тема 8	Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости	2
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	11
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	9
Тема 9	Здоровье – условие благополучия человека	3
Тема 10	Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	3
Тема 11	Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья	3
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	2
Тема 12	Оказание первой медицинской помощи	2
Всего часов		35

Поурочный план

9 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	8
Тема 1	Национальная безопасность России в современном мире	4
1.1	Современный мир и Россия	1
1.2	Национальные интересы России в современном мире	1
1.3	Основные угрозы национальным интересам и безопасности России	1
1.4	Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения и национальная безопасность России	1
Тема 2	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России	4
2.1	Чрезвычайные ситуации и их классификация	1
2.2	Чрезвычайные ситуации природного характера и их последствия	1

2.3	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их причины	1
2.4	Угроза военной безопасности России	1
<i>P-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	7
Тема 3	Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	3
3.1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1
3.2	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны	1
3.3	МЧС России – Федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1
Тема 4	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	4
4.1	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций	1
4.2	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций	1
4.3	Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций	1
4.4	Аварийно-спасательные и других неотложные работы в очагах поражения	1
<i>P-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	9
Тема 5	Общие понятия о терроризме и экстремизме	2
5.1	Международный терроризм и экстремизм – угроза национальной безопасности России	1
5.2	Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления	1
Тема 6	Нормативно-правая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	3
6.1	Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму	1
6.2	Законодательная база Российской Федерации по	1

	противодействию терроризму и экстремизму	
6.3	Нормативно-правовая база противодействия наркотизму	1
Тема 7	Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации	2
7.1	Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации	1
7.2	Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации	1
Тема 8	Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости	2
8.1	Правила поведения при угрозе террористического акта	1
8.2	Профилактика наркозависимости	1
P-4	Основы здорового образа жизни	9
Тема 9	Здоровье – условие благополучия человека	3
9.1	Здоровье человека – как индивидуальная, так и общественная ценность	1
9.2	Здоровый образ жизни и его составляющие	1
9.3	Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России	1
Тема 10	Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	3
10.1	Ранние половые связи и их последствия	1
10.2	Инфекции, передаваемые половым путём	1
10.3	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе	1
Тема 11	Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья	3
11.1	Брак и семья	1
11.2	Семья и здоровый образ жизни человека	1
11.3	Основы семейного права в Российской Федерации	1
P-5	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	2
Тема 12	Оказание первой медицинской помощи	2
12.1	Первая медицинская помощь при массовых поражениях (практическое занятие по плану преподавателя)	1
12.2	Первая медицинская помощь при передозировке в приёме	1

	ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ	
	Всего часов	35

Часть II

Основы безопасности жизнедеятельности

Учебная программа для 10–11 классов

1. Пояснительная записка

Программа по основам безопасности жизнедеятельности среднего (полного) общего образования разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г., Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации.

Программа предназначена для:

- углублённого изучения тем в области безопасности жизнедеятельности;
- углубления и расширения представлений об экстремизме и терроризме и раскрытия социальных причин их возникновения;
- формирования антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике;
- формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни;
- подготовки к военной службе и выполнению Конституционного долга по защите Отечества.

Программа состоит из следующих разделов:

1. Пояснительная записка.
2. Тематический план.
3. Содержание учебной программы для 10–11 классов.
4. Требования к уровню подготовки выпускников.
5. Тематическое и поурочное планирование программы для 10 и 11 классов.

Программа выстроена по трём логически взаимосвязанным модулям.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1 (P-1). Основы комплексной безопасности

Раздел 2 (P-2). Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Раздел 3 (P-3). Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Модуль 2 (M-2). Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни

Раздел 4 (P-4). Основы здорового образа жизни

Раздел 5 (P-5). Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Модуль 3 (M-3). Обеспечение военной безопасности государства

Раздел 6 (P-6). Основы обороны государства

Раздел 7 (P-7). Основы военной службы

Реализация программы позволит сформировать у обучаемых цельное представление об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, поможет определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом своих возможностей и потребностей.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10–11 классах направлено на достижение следующих целей:

- усвоение и закрепление учащимися знаний:
 - об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера,
 - о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства,
 - о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени,

- об угрозе национальной безопасности России терроризма и экстремизма,
- об организационных основах борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации,
- об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций и при угрозе террористического акта,
- о мерах профилактики наркомании,
- о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны,
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности,
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- усвоение учащимися содержания:
 - основных положений Конституции Российской Федерации, федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года,
 - нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих меры противодействия терроризму;
 - порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях;
 - усвоение учащимися знаний:
 - о предназначении, основных функциях и задачах Вооружённых Сил Российской Федерации,
 - о видах Вооружённых Сил Российской Федерации и родах войск,
 - о руководстве и управлении Вооружёнными Силами Российской Федерации,
 - об участии Вооружённых Сил Российской Федерации в контртеррористических операциях,
 - о государственных и военных символах Российской Федерации;

- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей по защите Отечества;

- развитие у учащихся:
 - личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
 - умений противостоять проявлениям терроризма и экстремизма;
 - потребности в соблюдении норм здорового образа жизни,
 - потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России в области безопасности жизнедеятельности,
 - физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооружённой защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооружённых Силах Российской Федерации или других войсках.

Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и

чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);

- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- умение вносить определённые коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищённости своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооружённой защите Российской Федерации;
- умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.

В 10 классе предусмотрено проведение учебных сборов (40 ч), в течение которых учащиеся закрепляют и совершенствуют знания и умения по основам военной подготовки (строевая, огневая и тактическая подготовка), а также знакомятся с бытом военнослужащих.

Раздел 6 «Основы военной службы» (50 ч) изучается только юношами. Девушки в это время занимаются по программе с углублённым изучением основ медицинских знаний.

Изучение «Основ безопасности жизнедеятельности» в 11 классе завершается итоговой аттестацией.

2. Тематический план

10–11 классы

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	34
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	14
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	8
Тема 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	4
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности социального характера	2
<i>Р-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	2
Тема 4	Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства	2
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	18
Тема 5	Общие понятия о терроризме и экстремизме	4
Тема 6	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	2
Тема 7	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	6
Тема 8	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	2
Тема 9	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности	2
Тема 10	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2
Модуль 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	20
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	11
Тема 11	Здоровый образ жизни и его составляющие	5
Тема 12	Нравственность и здоровье	4
Тема 13	Основы медицинских знаний и профилактика	2

	инфекционных заболеваний	
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	9
Тема 14	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	9
Модуль 3	Обеспечение военной безопасности государства	84
<i>P-6</i>	<i>Основы обороны государства</i>	35
Тема 15	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
Тема 16	Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	3
Тема 17	Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства	3
Тема 18	Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск	7
Тема 19	Боевые традиции Вооружённых Сил России	2
Тема 20	Символы воинской чести	3
Тема 21	Воинская обязанность	11
<i>P-7</i>	<i>Основы военной службы</i>	49
Тема 22	Особенности военной службы	8
Тема 23	Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества	8
Тема 24	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	4
Тема 25	Прохождение военной службы по призыву	3
Тема 26	Прохождение военной службы по контракту	5
Тема 27	Размещение и быт военнослужащих	3
Тема 28	Суточный наряд. Общие обязанности лиц суточного наряда	3
Тема 29	Организация караульной службы	3
Тема 30	Строевая подготовка	6
Тема 31	Огневая подготовка	2
Тема 32	Тактическая подготовка	3
	Резервное время	2
<i>Итоговое задание</i>		
Учебные сборы		40
Всего часов		140 + 40

3. Содержание учебной программы для 10–11 классов

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

1.1. Автономное пребывание человека в природной среде

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде.

1.2. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

1.4. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных

зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

1.5. Правила личной безопасности при пожаре

Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1.6. Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды.

1.7. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях

Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

1.8. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Тема 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни и обвалы, лесные пожары – опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей.

2.2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера – геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия

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

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера

3.1. Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

3.2. Характер современных войн и вооружённых конфликтов

Вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 4. Нормативно-правовая база и организационные основы Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

4.1. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности

Положения Конституции Российской Федерации, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г., основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Закон «О безопасности», Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

4.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, её предназначение, структура и основные задачи.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Тема 5. Общие понятия о терроризме и экстремизме

5.1. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия

5.2. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность

5.3. Экстремизм и экстремистская деятельность

5.4. Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности.

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

6.1. Положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности»

6.2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года. Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации

Тема 7. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

7.1. Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение и задачи

7.2. Контртеррористическая операция и условия её проведения

7.3. Правовой режим контртеррористической операции

7.4. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.

7.5. Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

7.6. Участие Вооружённых Сил в контртеррористической операции

Тема 8. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

8.1. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения

8.2. Влияние уровня культуры безопасности жизнедеятельности личности на формирование антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления

Тема 9. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.

9.1. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

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

Тема 10. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

10.1. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта

10.2. Правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим от теракта.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Тема 11. Здоровый образ жизни его составляющие

11.1. Здоровый образ жизни

Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

11.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учёт влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

11.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

11.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.

11.5. Правила личной гигиены

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

Тема 12. Нравственность и здоровье

12.1. Нравственность и здоровье

Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

12.1. Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики

Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

12.3. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

12.4. Семья в современном обществе. Законодательство и семья

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Тема 13. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

13.1. Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества.

13.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 14. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

14.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.

14.2. Первая медицинская помощь при ранениях

Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

14.3. Основные правила оказания первой медицинской помощи

Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи.

14.4. Правила остановки артериального кровотечения

Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

14.5. Способы иммобилизации и переноска пострадавшего

Цель иммобилизации, возможные средства для иммобилизации. Способы переноски пострадавшего.

14.6. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата

Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.

14.7. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота

Черепно-мозговая травма, основные причины её возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме.

Травма груди, причины её возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме груди.

Травма живота, причины её возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме живота.

14.8. Первая медицинская помощь при травме в области таза, при повреждении позвоночника, спины

Травма в области таза, причины её возникновения, возможные последствия. Первая медицинская помощь при травме в области таза.

Травмы позвоночника и спины, основные виды травм позвоночника и спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах позвоночника и спины.

14.9. Первая медицинская помощь при остановке сердца

Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких.

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства

Раздел 6. Основы обороны государства

Тема 15. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны

15.1. Гражданская оборона как составляющая обороны государства

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

15.2. Основные виды оружия и их поражающие факторы

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

15.3. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное её содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

15.4. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

15.5. Средства индивидуальной защиты

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

15.6. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

15.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности учащихся.

Тема 16. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества

16.1. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации

Организация вооружённых сил Московского государства в XIV–XV вв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение.

16.2. Памяти поколений – дни воинской славы России

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

16.3. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации

Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

Тема 17. Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства

17.1. Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России

Основные функции: пресечение вооружённого насилия, обеспечение свободы деятельности в Мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств.

Основные задачи по обеспечению военной безопасности, по опережению вооружённого нападения, в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооружённых конфликтах.

17.2. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации

Значение и роль миротворческой деятельности Вооружённых Сил России. Нормативно-правовая база для проведения миротворческой деятельности Вооружённых Сил Российской Федерации.

Тема 18. Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск

18.1. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск

18.2. Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС

18.3. Военно-Морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ

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

18.5. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение

18.6. Космические войска, их состав и предназначение

18.7. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации

Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, их предназначение. Войска гражданской обороны, входящие в состав МЧС России, их задачи в мирное и военное время.

Тема 19. Боевые традиции Вооружённых Сил России

19.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества

Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.

Воинский долг – обязанность военнослужащего по вооружённой защите Отечества. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг.

19.2. Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.

Тема 20. Символы воинской чести

20.1. Боевое Знамя воинской части

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части – особо почётный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

20.2. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством.

20.3. Военная форма одежды

Предназначение военной формы одежды и знаков различия военнослужащих, их воспитательное значение.

Тема 21. Воинская обязанность

21.1. Основные понятия о воинской обязанности

Определение воинской обязанности и её содержание. Воинский учёт, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

21.2. Организация воинского учёта

Основное предназначение воинского учёта. Государственные органы, осуществляющие воинский учёт. Категория граждан, не подлежащих воинскому учёту. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учёту.

21.3. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт

Время первоначальной постановки граждан на воинский учёт. Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учёт.

Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учёт.

21.4. Обязанности граждан по воинскому учёту

Основные обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

21.5. Обязательная подготовка граждан к военной службе

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определённое Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.

21.6. Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям

Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения. Водительские и технические должности, прочие воинские должности.

21.7. Подготовка граждан по военно-учётным специальностям

Предназначение подготовки по военно-учётным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учётным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учётной специальности.

21.8. Добровольная подготовка граждан к военной службе

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

21.9. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Категории годности к военной службе. Порядок медицинского

освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

21.10. Профессиональный психологический отбор и его предназначение

Критерии по определению профессиональной пригодности призывника к военной службе.

21.11. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе

Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы. Пребывание в запасе.

Раздел 7. Основы военной службы

Тема 22. Особенности военной службы

22.1. Правовые основы военной службы

Положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы.

22.2. Статус военнослужащего

Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Обоснование некоторых ограничений прав и свобод военнослужащих. Время, с которого граждане приобретают статус военнослужащих.

22.3. Военные аспекты международного права

Общие понятия о «Праве войны». Международные правила, которые необходимо соблюдать военнослужащим в бою. Категории лиц и объектов, которым международным правом войны предоставлена особая защита.

22.4. Общевоинские уставы

Общевоинские уставы – это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

22.5. Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации

Основное предназначение Устава внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации и его общие положения.

22.6. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации

Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооружённых Сил Российской Федерации и его общие положения.

22.7. Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил Российской Федерации

Основное предназначение Устава гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил Российской Федерации и его общие положения.

22.8. Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации

Основное предназначение Строевого устава Вооружённых Сил Российской Федерации и его общие положения.

Тема 23. Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества

23.1. Основные виды воинской деятельности

Основное предназначение и обусловленность воинской деятельности военнослужащего. Учебно-боевая подготовка, служебно-боевая деятельность, реальные боевые действия.

23.2. Основные особенности воинской деятельности

Зависимость воинской деятельности от вида Вооружённых Сил и рода войск, от воинской должности и класса сходных воинских должностей. Общие виды и основные элементы воинской деятельности.

23.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина

Общие требования воинской деятельности: внимание, быстрота и гибкость мышления, самостоятельность, ответственность, способность принимать решения.

23.4. Военнослужащий – патриот

Любовь к Родине, её истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества – основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание – защитник Отечества.

23.5. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации

Воинская честь и достоинство – неотъемлемое качество военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Гуманность и человеколюбие – это неотъемлемое качество российского воина во все времена. Чувство глубокой ответственности за защиту Родины, готовность к преодолению трудностей при исполнении воинского долга.

23.6. Военнослужащий – специалист своего дела

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

23.7. Военнослужащий – подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников

Единоначалие – принцип строительства Вооружённых Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, – постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

23.8. Основные обязанности военнослужащих

Общие обязанности военнослужащих, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Сущность основных обязанностей военнослужащих и чем они определяются.

Тема 24. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации

24.1. Порядок вручения Боевого Знамени воинской части

Порядок вручения Боевого Знамени воинской части. Когда, кем и от чьего имени воинской части вручается Боевое Знамя.

24.2. Порядок приведения военнослужащих к Военной присяге (принесения обязательства)

Военная присяга. Её роль и значение для каждого военнослужащего.

Порядок приведения к Военной присяге солдат и матросов, прибывших на пополнение в воинскую часть. Текст Военной присяги. Текст обязательства (для иностранных граждан).

24.3. Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия

Порядок вручения стрелкового оружия. Порядок закрепления военной техники и вооружения.

24.4. Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации

Предназначение ритуала и порядок его проведения.

Тема 25. Прохождение военной службы по призыву

25.1. Призыв на военную службу

25.2. Порядок прохождения военной службы по призыву

25.3. Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.

Тема 26. Прохождение военной службы по контракту

26.1. Особенности военной службы по контракту

Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.

26.2. Альтернативная гражданская служба

Тема 27. Размещение и быт военнослужащих

27.1. Размещение военнослужащих

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, противопожарная защита, охрана окружающей среды.

27.2. Распределение времени и повседневный порядок

Распределение времени в воинской части, распорядок дня.

Подъём, утренний осмотр и вечерняя поверка, завтрак, обед и ужин, учебные занятия.

Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

27.3. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих

Тема 28. Суточный наряд. Общие обязанности суточного наряда

28.1. Суточный наряд. Общие положения

Общие обязанности лиц суточного наряда.

28.2. Обязанности дежурного по роте

Дежурный по роте. Основные обязанности дежурного по роте.

28.2. Обязанности дневального по роте

Дневальный по роте. Общие обязанности дневального по роте.

Тема 29. Организация караульной службы

29.1. Организация караульной службы. Общие положения

29.2. Часовой и его неприкосновенность

29.3. Обязанности часового

Тема 30. Строевая подготовка

30.1. Строй и управление ими

30.2. Строевые приёмы и движение без оружия

Строевая стойка, повороты на месте и в движении

30.3. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении

30.4. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него

30.5. Строи отделения, развернутый строй, походный строй

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

Тема 31. Огневая подготовка

31.1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение.

31.2. Порядок неполной разборки и сборки автомата

Приёмы и правила стрельбы из автомата.

Подготовка автомата к стрельбе. Меры безопасности при стрельбе.

Тема 32. Тактическая подготовка

32.1. Современный бой

Основные виды современного боя.

32.2. Обязанности солдата в бою

Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

4. Требования к уровню подготовки выпускников

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускники должны **знать**:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;

- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;

- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооружённых Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

Выпускники должны **уметь**:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приёмы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т. д.);

- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учётом индивидуальных качеств.

Приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут **способствовать**:

- обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники;

- выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны;

- формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

Каждый ученик должен сформировать личные качества, способствующие:

- совершенствованию индивидуальной системы здорового образа жизни;
- повышению уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- самовоспитанию противодействия идеологии терроризма и экстремизма,
- выработке убеждений отрицательного отношения к употреблению наркотиков и участию в любых видах террористической и экстремисткой деятельности;
- выработке привычек в осознанном соблюдении законов и других нормативно-правовых актов Российской Федерации по обеспечению национальной безопасности государства.

5. Тематическое и поурочное планирование
учебной программы для 10–11 классов

Тематический план

10 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	24
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	10
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
Тема 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	4
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера	2
<i>Р-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</i>	2
Тема 4	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	12
Тема 5	Общие понятия о терроризме и экстремизме	4
Тема 6	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	2
Тема 7	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	2
Тема 8	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности	2
Тема 9	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	6
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6
Тема 10	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2

Тема 11	Здоровый образ жизни и его составляющие	4
М-3	Обеспечение военной безопасности государства	40
<i>Р-6</i>	<i>Основы обороны государства</i>	19
Тема 12	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
Тема 13	Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	3
Тема 14	Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск	7
Тема 15	Боевые традиции Вооружённых Сил России	2
<i>Р-7</i>	<i>Основы военной службы</i>	21
Тема 16	Размещение и быт военнослужащих	3
Тема 17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	3
Тема 18	Организация караульной службы	3
Тема 19	Строевая подготовка	7
Тема 20	Огневая подготовка	2
Тема 21	Тактическая подготовка	3
<i>Итоговое задание</i>		
Всего часов		70

Поурочный план

10 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	10
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
1.1	Автономное пребывание человека в природной среде	1
1.2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде	1
1.3	Обеспечение личной безопасности на дорогах	1
1.4	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	1
Тема 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	4
2.1	Чрезвычайные ситуации природного характера и	1

	возможные их последствия	
2.2	Рекомендации населения по обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного характера	1
2.3	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия	1
2.4	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	1
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера	2
3.1	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона	1
3.2	Характер современных войск и вооружённых конфликтов	1
<i>P-2</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</i>	2
Тема 4	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
4.1	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности населения в чрезвычайных ситуациях	1
4.2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи	1
<i>P-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	12
Тема 5	Общие понятия о терроризме и экстремизме	4
5.1	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия	1
5.2	Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность	1
5.3	Экстремизм и экстремистская деятельность	1

5.4	Основные принципы и направления противодействию террористической и экстремистской деятельности	1
Тема 6	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	2
6.1	Положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов о противодействии терроризму и экстремизму	1
6.2	Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года	1
Тема 7	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	2
7.1	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения	1
7.2	Влияние уровня культуры безопасности жизнедеятельности личности на формирование антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления	1
Тема 8	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности	2
8.1	Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за террористическую деятельность	1
8.2	Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности	1
Тема 9	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2
9.1	Правила безопасного поведения при угрозе теракта	1
9.2	Правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим от теракта	1
<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6
Тема 10	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2
10.1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой	1

	деятельности	
10.2	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1
Тема 11	Здоровый образ жизни и его составляющие	4
11.1	Здоровый образ жизни	1
11.2	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1
11.3	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1
11.4	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1
<i>Р-6</i>	<i>Основы обороны государства</i>	19
Тема 12	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
12.1	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	1
12.2	Основные виды оружия и его поражающие факторы	1
12.3	Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	1
12.4	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени	1
12.5	Средства индивидуальной защиты	1
12.6	Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации	1
12.7	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	1
Тема 13	Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	3
13.1	История создания Вооружённых Сил Российской Федерации	1
13.2	Памяти поколений – дни воинской славы России	1
13.3	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации	1

Тема 14	Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск	7
14.1	Сухопутные войска	1
14.2	Военно-Воздушные Силы	1
14.3	Военно-Морской флот	1
14.4	Ракетные войска стратегического назначения	1
14.5	Воздушно-десантные войска	1
14.6	Космические войска	1
14.7	Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации	1
Тема 15	Боевые традиции Вооружённых Сил России	2
15.1	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1
15.2	Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений	1
<i>P-7</i>	<i>Основы военной службы</i>	21
Тема 16	Размещение и быт военнослужащих	3
16.1	Размещение военнослужащих	1
16.2	Распределение времени и повседневный порядок	1
16.3	Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих	1
Тема 17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	3
17.1	Суточный наряд. Общие положения	1
17.2	Обязанности дежурного по роте	1
17.3	Обязанности дневального по роте	1
Тема 18	Организация караульной службы	3
18.1	Организация караульной службы. Общие положения	1
18.2	Часовой и его неприкосновенность	1
18.3	Обязанности часового	1
Тема 19	Строевая подготовка	7
19.1	Строи и управление ими	1
19.2	Строевые приёмы и движение без оружия	1
19.3	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	1
19.4	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к	1

	начальнику и отход от него	
19.5	Строй отделения, развернутый строй, походный строй	2
19.6	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	1
Тема 20	Огневая подготовка	2
20.1	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	1
20.2	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	1
Тема 21	Тактическая подготовка	3
21.1	Современный бой	1
21.2	Обязанности солдата в бою	2
Всего часов		70

Тематический план

11 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	10
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	4
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	6
Тема 2	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	6
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 3	Нравственность и здоровье	5
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	9
Тема 4	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	9
М-3	Обеспечение военной безопасности государства	44
<i>Р-6</i>	<i>Основы обороны государства</i>	16
Тема 5	Вооружённые Силы Российской Федерации – основа	2

	обороны государства	
Тема 6	Символы воинской чести	3
Тема 7	Воинская обязанность	11
<i>Р-7</i>	<i>Основы военной службы</i>	28
Тема 8	Особенности военной службы	8
Тема 9	Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества	8
Тема 10	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	4
Тема 11	Прохождение военной службы по призыву	3
Тема 12	Прохождение военной службы по контракту	5
	Резервное время	2
	Всего часов	70

Поурочный план

11 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	4
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4
1.1	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности	1
1.2	Правила личной безопасности при пожаре	1
1.3	Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года	1
1.4	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	1
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	6
Тема 2	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	6
2.1	Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи	1
2.2	Контртеррористическая операция и условия её проведения	1
2.3	Правовой режим контртеррористической операции	1
2.4	Роль и место гражданской обороны в противодействии	1

	терроризму	
2.5	Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом	1
2.6	Участие Вооружённых Сил в контртеррористической операции	1
<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 3	Нравственность и здоровье	5
3.1	Правила личной гигиены	1
3.2	Нравственность и здоровье	1
3.3	Инфекции, передаваемые половым путём. Меры по их профилактике	1
3.4	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики. ВИЧ-инфекции	1
3.5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1
<i>P-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	9
Тема 4	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	9
4.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
4.2	Первая медицинская помощь при ранениях	1
4.3	Основные правила оказания первой медицинской помощи	1
4.4	Правила остановки артериального кровотечения	1
4.5	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего	1
4.6	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1
4.7	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота	1
4.8	Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждениях позвоночника, спины	1
4.9	Первая медицинская помощь при остановке сердца	1
<i>P-6</i>	<i>Основы обороны государства</i>	16
Тема 5	Вооружённые Силы Российской Федерации – основа обороны государства	2
5.1	Функции и основные задачи современных Вооружённых	1

	Сил России	
5.2	Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации	1
Тема 6	Символы воинской чести	3
6.1	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы	1
6.2	Ордена – почётные награды за воинские отличие и заслуги в бою и военной службе	1
6.3	Военная форма одежды	1
Тема 7	Воинская обязанность	11
7.1	Основные понятия о воинской обязанности	1
7.2	Организация воинского учёта	1
7.3	Первоначальная постановка граждан на воинский учёт	1
7.4	Обязанности граждан по воинскому учёту	1
7.5	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1
7.6	Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям	1
7.7	Подготовка граждан по военно-учётным специальностям	1
7.8	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1
7.9	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт	1
7.10	Профессиональный психологический отбор и его предназначение	1
7.11	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1
<i>Р-7</i>	<i>Основы военной службы</i>	28
Тема 8	Особенности военной службы	8
8.1	Правовые основы военной службы	1
8.2	Статус военнослужащего	1
8.3	Военные аспекты международного права	1
8.4	Общевоинские уставы	1
8.5	Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации	1
8.6	Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации	1

8.7	Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил Российской Федерации	1
8.8	Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации	1
Тема 9	Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества	8
9.1	Основные виды воинской деятельности	1
9.2	Основные особенности воинской деятельности	1
9.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина	1
9.4	Военнослужащий – патриот	1
9.5	Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации	1
9.6	Военнослужащий – специалист своего дела	1
9.7	Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	1
9.8	Основные обязанности военнослужащих	1
Тема 10	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	4
10.1	Порядок вручения Боевого Знамени воинской части	1
10.2	Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательств)	1
10.3	Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия	1
10.4	Ритуал подъёма и спуска Государственного Флага Российской Федерации	1
Тема 11	Прохождение военной службы по призыву	3
11.1	Призыв на военную службу	1
11.2	Порядок прохождения военной службы	1
11.3	Размещение и быт военнослужащих	1
Тема 12	Прохождение военной службы по контракту	5
12.1	Особенности военной службы по контракту	3
12.2	Альтернативная гражданская служба	2
Резервное время		2
Всего часов		70

Основы безопасности жизнедеятельности

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Учебная программа для девушек 10–11 классов

1. Пояснительная записка

Учебная программа разработана в соответствии с положениями Закона Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» и Законом Российской Федерации «Об образовании» и требованиями Постановления правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 № 1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» (в редакции Постановления Правительства РФ от 15.06.2009 № 481). Программа предназначена для реализации положений указанных выше нормативных документов по углублённому изучению основ медицинских знаний в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Занятия проводятся с девушками, а с юношами в это время проводятся занятия по основам военной службы.

Программа включает в себя разделы и темы **модуля 2 (М-2) Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** и состоит из двух разделов и 12 тем.

Раздел 4 (Р-4) Основы здорового образа жизни состоит из пяти тем и предназначен для проведения занятий в 11 классе. Занятия проводятся в объёме 30 ч.

Раздел 5 (Р-5) Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи состоит из 7 тем и рассчитан на 28 ч. Занятия проводятся в 10 классе.

Изучение данной программы направлено на достижение следующих **целей:**

- усвоение знаний:
 - о демографической ситуации в России,
 - о репродуктивном здоровье женщины, о социальной роли женщины в современном обществе,
 - о факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на репродуктивное здоровье женщины,
 - о здоровом образе жизни и его влиянии на репродуктивное здоровье,
 - о правовых аспектах взаимоотношения полов,
 - об основах семейного права в Российской Федерации,
 - о способах и правилах оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- формирование у девушек:
 - чувства ответственности за состояние личного здоровья,
 - потребности соблюдать нормы здорового образа жизни,
 - готовности к семейной жизни, к соблюдению норм семейной жизни и к исполнению обязанностей матери;

• развитие личностных качеств, необходимых для создания благополучной семьи, установления гармоничных отношений в семье и создания благоприятных условий для рождения и воспитания детей.

Занятия по данной программе проводят преподаватели, прошедшие специальную подготовку по основам медицинских знаний и здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях дополнительного образования.

По итогам изучения данной программы в 11 классе старшеклассницам выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации выпускников.

В результате изучения программы ученицы должны **знать**:

- общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье,
- демографическую обстановку в России и её влиянии на безопасность государства,
- основы здорового образа жизни и его составляющие,

- о влиянии здоровья родителей на здоровье будущего ребенка,
- основы семейного права в Российской Федерации,
- права и обязанности родителей и права ребенка.

Выпускницы должны **уметь**:

- оказывать первую медицинскую помощь в различных бытовых и чрезвычайных ситуациях,
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

Настоящая программа является основной для разработки авторской программы по основам медицинских знаний и здорового образа жизни для девушек 10–11 классов общеобразовательных учреждений.

2. Тематическое и поурочное планирование учебной программы для
девушек 10–11 классов

Тематический план

10–11 классы

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов	
		10 кл.	11 кл.
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		28
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>		28
Тема 1	Здоровье и здоровый образ жизни		5
Тема 2	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие		8
Тема 3	Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья		7
Тема 4	Правовые аспекты взаимоотношения полов		3
Тема 5	Беременность и уход за младенцем		5
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	21	
Тема 6	Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики	3	
Тема 7	Основные неинфекционные заболевания, профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний	3	
Тема 8	Первая медицинская помощь при травмах и ранениях	6	
Тема 9	Первая медицинская помощь при отравлениях медикаментами, алкоголем и никотином	1	
Тема 10	Первая медицинская помощь при отравлениях препаратами бытовой химии и угарным газом	2	
Тема 11	Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, при ожогах, при	4	

	поражении электрическим током		
Тема 12	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	2	
<i>Итоговое задание</i>			
Всего часов		21	28

Поурочный план

10 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	21
Тема 6	Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики	3
6.1	Основные кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллёз, ботулизм)	1
6.2	Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулёз)	1
6.3	Инфекции наружных покровов (вирусный гепатит В, ВИЧ-инфекция, сифилис)	1
Тема 7	Основные неинфекционные заболевания, профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний	3
7.1	Основные неинфекционные заболевания и факторы риска их возникновения	1
7.2	Ишемическая болезнь сердца и причины её возникновения	1
7.3	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1
Тема 8	Первая медицинская помощь при травмах и ранениях	6
8.1	Общие требования к правилам оказания первой медицинской помощи при травмах и ранениях	1
8.2	Виды кровотечений и методы остановки кровотечения	1
8.3	Виды повязок и общие требования их наложения	1

8.4	Отработка правил наложения бинтовых повязок на пострадавшего (повязки на голову, на кисть руки, на область локтевого сустава) (практическое занятие)	1
8.5	Травматические переломы, правила оказания первой медицинской помощи при переломах	1
8.6	Отработка приёмов транспортной иммобилизации пострадавших (практическое занятие)	1
Тема 9	Первая медицинская помощь при отравлениях медикаментами, алкоголем и никотином	1
9.1	Отравление медикаментами, основные причины, правила профилактики. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях алкоголем и никотином	1
Тема 10	Первая медицинская помощь при отравлениях препаратами бытовой химии и угарным газом	2
10.1	Первая медицинская помощь при отравлении растворителями и продуктами переработки нефти и угля, ядохимикатами	1
10.2	Первая медицинская помощь при отравлении кислотами и щёлочами. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	1
Тема 11	Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечным ударах, при ожогах, при поражении электрическим током	4
11.1	Первая медицинская помощь при отморожении	1
11.2	Первая медицинская помощь при тепловом ударе	1
11.3	Первая медицинская помощь при ожоге	1
11.4	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током	1
Тема 12	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	2
12.1	Причины возникновения массовых поражений людей и особенности оказания первой медицинской помощи в этих условиях	1
12.2	Медицинские средства защиты и профилактики	1
Всего часов		21

Поурочный план

11 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов
<i>P-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	28
Тема 1	Здоровье и здоровый образ жизни	5
1.1	Общие понятия о здоровье	1
1.2	Факторы, влияющие на здоровье	1
1.3	Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России	1
1.4	Социальная роль женщины в современном мире	1
1.5	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1
	Практическое занятие (семинар-собеседование «Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества»)	
Тема 2	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие	8
2.1	Женская половая система и её функционирование	1
2.2	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	1
2.3	Влияние окружающей среды на здоровье человека	1
2.4	Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорождённого	1
2.5	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1
2.6	Наркомания и её профилактика	1
2.7	Ранние половые связи и их последствия для здоровья	1
2.8	Инфекции, передаваемые половым путём, меры их профилактики	1
Тема 3	Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья	7
3.1	Стресс и его воздействие на человека	1
3.2	Режим дня, труда и отдыха	1
3.3	Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека	1

3.4	Рациональное питание и его значение для здоровья	1
3.5	Влияние двигательной активности на здоровье человека	1
3.6	Закаливание и его влияние на здоровье	1
3.7	Правило личной гигиены и здоровье человека	1
Тема 4	Правовые аспекты взаимоотношения полов	3
4.1	Брак и семья. Культура брачных отношений	1
4.2	Основы семейного права Российской Федерации	1
4.3	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»	1
Тема 5	Беременность и уход за младенцем	5
5.1	Беременность и гигиена беременности	1
5.2	Уход за младенцем (практические занятия)	4
Всего часов		25

Литература

- Акимов В. А.* Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: учеб. пособие в системе образования МЧС России и РСЧС / В. А. Акимов и др. – М.: Деловой экспресс, 2004.
- Альтшуллер В. М.* Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей / В. М. Альтшуллер, А. В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2000.
- Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. В. В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2004.
- Байер К.* Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
- Баллинггер Э.* Учебная гимнастика: двигательные упражнения для успешной учебы в школе / Э. Баллинггер. – М.: Просвещение, 1996.
- Безопасность жизнедеятельности: учеб. / под ред. Э. А. Арустамова. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский Дом «Дашков и К^о», 2001.
- Большой энциклопедический словарь. – М.: Большая Российская энциклопедия; СПб.: Норинт, 1997.
- Военная психология и педагогика: учеб. пособие / под общ. ред. генерал-полковника В. Ф. Кулакова. – М.: Совершенство, 1998.
- Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М.: Военный университет, 1996.
- Военный энциклопедический словарь. – М.: Военное издательство, 1983.
- Гражданская защита: энциклопедический словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005.
- Здоровая семья / пер. с англ. М.Г. Лунко, Д. А. Иванова. – М.: Крон-Пресс, 1994.
- Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
- Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации.
- Краткая медицинская энциклопедия. В 2 т. / Главный ред. академик РАМН В. И. Покровский. – М.: Медицинская энциклопедия; Крон-Пресс, 1994.
- Лях В. И.* Физическая культура: 8–9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2009.
- Мардерфельд В. Л.* 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – СПб.: Просвещение, 2004.

Мардерфельд В. Л. Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – М.: Просвещение, 2004.

Макеева А. Г. Все цвета, кроме чёрного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.

Макеева А. Г. Все цвета, кроме чёрного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод. пособие для учителя: 7–9 кл. / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.

Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации (последняя редакция).

Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзаменов в 9 кл. / [А. Т. Смирнов, М. В. Маслов, Б. И. Мишин; научн. руководитель Г. С. Ковалева; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2006–2009.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2007.

Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5–11 классы / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, В. А. Васнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2010.

Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / [Ю. Л. Воробьев, В. А. Гучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева]. – М.: Деловой экспресс, 2006.

Петров С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. – М.: Изд-во НИЦ ЭНАС, 2000.

Противодействие терроризму: учеб.-метод. пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. – Ижевск: Удмуртия, 2004.

Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Рыбин А. Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5–9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Рыбин А. Л. Безопасность дорожного движения. Учебно-наглядное пособие для учащихся. 5–9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5–9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10–11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 1 / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 10-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений: В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

- Смирнов А.Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: поурочные разработки: 5–9 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
- Смирнов А.Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: поурочные разработки: 10–11 кл.: пособ. для учителя / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009.
- Смирнов А.Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль: 10–11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.
- Смирнов А.Т.* Формирование здорового образа жизни подростков на уроках ОБЖ: метод. пособие / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. – М.: Вентана-Граф, 2002.
- 100 вопросов – 100 ответов о прохождении военной службы по призыву и контракту: сб. – М.: Красная звезда, 2006.
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.
- Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения. В 2 т. – М.: Педагогика, 1979.
- Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под ред. А. А. Кокорева. – М.: Изограф, 2000.
- Тупикин Е. И.* Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10–11 кл. / Е. И. Тупикин, А. Т. Смирнов; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002.
- Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
- Законы «Об образовании», «О безопасности», Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности», «О днях воинской славы и памятных датах России» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1998; 2003–2009.
- Физическая культура: 5–7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под ред. М. Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2010.
- Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: сборник ситуативных задач: 10–11 кл. / Б. О. Хренников, Р.А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.
- Чрезвычайные ситуации: энциклопедия школьника / под общ. ред. С. К. Шойгу. – М., 2004.

Энциклопедия для детей. Т. 3. География / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1994.

Энциклопедия для детей. Т. 4. Геология / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1995.

Содержание

Введение

Часть I. Основы безопасности жизнедеятельности.

Учебная программа для 5–9 классов

1. Пояснительная записка
2. Тематический план. 5–9 классы
3. Содержание учебной программы для 5–9 классов
4. Требования к уровню подготовки учащихся 9 классов
5. Тематическое и поурочное планирование для 5–9 классов

Часть II. Основы безопасности жизнедеятельности.

Учебная программа для 10–11 классов

1. Пояснительная записка
2. Тематический план. 10–11 классы
3. Содержание учебной программы для 10–11 классов
4. Требования к уровню подготовки выпускников
5. Тематическое и поурочное планирование учебной программы для 10–11 классов

Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Учебная программа для девушек 10–11 классов

1. Пояснительная записка
2. Тематическое и поурочное планирование учебной программы для девушек 10–11 классов

Литература

Учебное издание

Смирнов Анатолий Тихонович

Хренников Борис Олегович

Программы общеобразовательных учреждений

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Комплексная программа

5–11 классы

Под редакцией А. Т. Смирнова

Зав. редакцией *Л. И. Льяная*

Редактор *М. В. Маслов*

Младшие редакторы *Л. С. Дмитриева, А. А. Казакова*

Художественный редактор *А. Г. Иванов*

Художник

Компьютерная вёрстка

Технический редактор

Корректор

