

Ростовская область, Красносулинский район, х. Михайловка
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Михайловская средняя общеобразовательная школа

«Утверждаю»

Директор МБОУ Михайловской СОШ

Приказ от 31.08.2022 г. № 83

Олейников Т.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)

Среднего общего образования 10-11 класс

Количество часов в год: 34/33

Количество часов в неделю: 1/1

Учитель: Владимиров Алексей Николаевич

Рабочая программа разработана на основе Рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности». Предметная линия учебников под редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. 10, 11 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / С.В. Ким, В.А. Горский — 2-е изд. стереотип - М. : Вентана-Граф, 2020.

2022 - 2023

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Личностные результаты:

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

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

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

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

в ценностно-ориентационной сфере:

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

в коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере:

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

в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

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

в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

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

- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание курса 10 класс:

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

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

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

Глава 2 Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз.

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

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

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

Глава 4 Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность

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

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

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

Глава 6 Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания

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

Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7 Оказание первой помощи при неотложных состояниях

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

Тематическое планирование 10 класс

№ темы	Название и программное содержание темы	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15ч)		

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания(5ч)

1	<p>Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • значение культуры безопасности жизнедеятельности личности, общества в современном мире; • роль государства в обеспечении безопасности личности и общества; • роль науки и образования в формировании культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. <p>Ключевые понятия темы: безопасность; жизненно важные интересы; национальные интересы; национальная безопасность; основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства; основы безопасности жизнедеятельности; культура безопасности жизнедеятельности</p>	<p>Актуализируют ранее полученные знания о роли государства в обеспечении безопасности личности и общества. Характеризуют значение культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества в современном мире. Формулируют личные понятия о безопасности</p>
2	<p>Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности, ее значение и особенности; • основы теории безопасности жизнедеятельности: основные положения и принципы, методы и средства; • стратегия и тактика управления безопасностью жизнедеятельности. <p><i>Ключевые понятия темы:</i> наука о безопасности жизнедеятельности; жизнедеятельность человека; концепция приемлемого (допустимого) риска; стратегия безопасности жизнедеятельности (стратегия управления безопасностью жизнедеятельности); системный подход; средовый подход</p>	<p>Изучают задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности. Характеризуют стратегию и тактику управления безопасностью жизнедеятельности</p>
3	<p>Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • экология человека и экология среды обитания; • антропогенное воздействие, техногенная нагрузка на среду обитания; • экологическая безопасность среды обитания, урбоэкосистемы. <p><i>Ключевые понятия темы:</i> экология; урбанизация; экологическая ниша; экологическая напряженность; экологическая безопасность</p>	<p>Анализируют причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Выявляют причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека. Генерируют идеи, моделируют индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных</p>

		ситуациях
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания Вопросы для обсуждения: • медико-биологические основы здоровья человека; • адаптация организма к среде обитания; • общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. Ключевые понятия темы: человек; индивид; здоровье; здоровье человека; адаптация; потенциал здоровья человека	Выявляют общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. Характеризуют медико-биологические основы здоровья человека
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания Вопросы для обсуждения: • психические процессы и состояния человека; • антропогенные опасности, особые психические состояния; • экология психики личности, методы повышения безопасности. Ключевые понятия темы: психология; психические процессы; психическое состояние человека; экология психики; стресс; адаптивность	Определяют цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Выбирают средства реализации поставленных целей, оценивают результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)		
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности Вопросы для обсуждения: • конституционные основы обеспечения безопасности; • нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека; • федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий. Ключевые понятия темы: Конституция Российской Федерации; гражданская ответственность; федеральные законы по безопасности; организационно-правовые нормы	Характеризуют и формулируют основное содержание федеральных законов и подзаконных актов. Рассматривают нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз Вопросы для обсуждения: • военные угрозы национальной безопасности России, характер современных войн и вооруженных конфликтов; • Стратегия национальной безопасности России; цели, задачи, значение документа; Военная доктрина Российской Федерации; • национальная оборона Российской Федерации: цели, задачи, силы, средства, стратегия.	Анализируют военные угрозы национальной безопасности России. Характеризуют Стратегию национальной безопасности. Работают с текстом

	Ключевые понятия темы: военная угроза; угроза национальной безопасности; Стратегия национальной безопасности Российской Федерации; национальная оборона; средства невоенного реагирования; Стратегия сдерживания военной силы	
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера Вопросы для обсуждения: • современный комплекс проблем безопасности социального характера; • Военная доктрина Российской Федерации: внешние и внутренние угрозы общественной и личной безопасности; • защита личной и общественной безопасности от внешних угроз социального характера — военных опасностей. Ключевые понятия темы: военная опасность; военный конфликт; военная политика государства; вооруженный конфликт; война: локальная, региональная, крупномасштабная; Военная доктрина Российской Федерации; основные внешние опасности России; основные внутренние опасности России; терроризм; экстремизм	Анализируют военную политику государства. Приводят примеры вооруженных конфликтов; локальных, региональных и крупномасштабных войн. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Характеризуют внутренние опасности России. Устанавливают и сравнивают разные точки зрения
9	Противодействие экстремизму Вопросы для обсуждения: • федеральные законы Российской Федерации по защите от экстремизма; • основные принципы и направления противодействия экстремизму; • Уголовный кодекс Российской Федерации: экстремистская деятельность и наказание. Ключевые понятия темы: экстремизм; пропаганда экстремизма; экстремист; основные принципы противодействия экстремизму	Изучают федеральные законы по защите от экстремизма. Характеризуют основные принципы и направления противодействия экстремизму. Определяют направления деятельности спецслужб и правоохранительных органов
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации Вопросы для обсуждения: • федеральные законы по защите населения России от социальных угроз: терроризма, экстремизма, наркотизма; • основные принципы и направления противодействия террористической деятельности; • Уголовный кодекс Российской Федерации: терроризм — преступление и наказание. Ключевые понятия темы: терроризм; виды терроризма; противодействие терроризму; Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации; наркотизм; наркотизация	Характеризуют меры противодействия терроризму и наркотизму. Изучают федеральные законы по защите населения от социальных угроз. Приобретают навыки противостояния социальным угрозам, вырабатывают нравственные качества и убеждения
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)		
11	Единая государственная система предупреждения	Рассматривают территориальные

	и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) Вопросы для обсуждения: • единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи, структура, организация работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций; • Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России): задачи, структура; • организация гражданской обороны на объектах экономики. Ключевые понятия темы: виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС; МЧС России; режимы функционирования РСЧС; гражданская оборона	и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС. Характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Формулируют основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях Вопросы для обсуждения: • деятельность сил гражданской обороны и МЧС России; • основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций: оповещение, укрытие людей в защитных сооружениях, эвакуация, инженерная защита, аварийноспасательные работы, медицинская защита: обсервация, карантин, дезинфекция, санитарная обработка, дезактивация; • действия населения после сигнала «Внимание всем!». Ключевые понятия темы: гражданская оборона; мониторинг чрезвычайной ситуации; прогнозирование чрезвычайной ситуации; оповещение; эвакуация; инженерная защита	Характеризуют предназначение и основные задачи гражданской обороны. Рассматривают структуру и органы управления. Изучают основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Называют права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Совершенствуют практические навыки и умения при выполнении действий по сигналам оповещения
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера Вопросы для обсуждения: • опасные природные явления, стихийные бедствия и их последствия; • катастрофа, чрезвычайные ситуации природного характера: виды и особенности; • правила поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера. Ключевые понятия темы: чрезвычайные ситуации природного характера; опасные природные явления; стихийные бедствия: геологические, метеорологические, гидрологические, климатогеографические сезонные	Характеризуют опасные природные явления и их последствия, перечисляют поражающие факторы и особенности чрезвычайных ситуаций природного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера Вопросы для обсуждения: • характеристика чрезвычайных	Характеризуют чрезвычайные ситуации техногенного характера. Закрепляют правила безопасного

	<p>ситуаций техногенного характера, их последствия;</p> <ul style="list-style-type: none"> • общие правила действий населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера на взрывоопасном объекте; • химическая опасность и химическая безопасность. <p>Ключевые понятия темы: техногенная насыщенность; чрезвычайная ситуация техногенного характера; взрыв; взрывоопасный объект; химическая опасность; химически опасный объект; химическая безопасность</p>	<p>поведения в зоне чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеризуют правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</p>
15	<p>Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • риски чрезвычайных техногенных опасностей; • обязательное и добровольное страхование жизни и здоровья; • инженерные сооружения и инструменты управления безопасностью. <p>Ключевые понятия темы: страхование; страховой случай; инженерное сооружение; гидротехническое сооружение; гидродинамическая авария; автомобильный транспорт; железнодорожный транспорт; водный транспорт; авиационный транспорт</p>	<p>Работают в группах. Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания. Закрепляют и совершенствуют правила безопасного поведения на транспорте. Выясняют роль инженерной защиты в системе мер по защите населения. Объясняют необходимость добровольного и обязательного страхования</p>
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)		
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)		
16	<p>Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чрезвычайные ситуации военного характера, роль РСЧС и гражданской обороны в защите населения России от оружия массового поражения (ОМП); • виды оружия массового поражения: ядерное, химическое и бактериологическое; современные обычные средства поражения. <p>Ключевые понятия темы: военная безопасность; оружие массового поражения; очаг поражения; зона радиоактивного поражения местности; ядерное оружие; химическое оружие; бактериологическое (биологическое) оружие; карантин; обсервация; современные обычные средства поражения; виды оружия на новых принципах</p>	<p>Рассматривают чрезвычайные ситуации военного характера и различные виды оружия массового поражения. Характеризуют индивидуальные и коллективные средства защиты населения</p>
17	<p>Защита населения и территорий от радиационной опасности</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • радиационная безопасность населения и территорий; радиационная опасность, экспозиционная доза облучения и уровень радиации; • общие рекомендации при угрозе 	<p>Характеризуют радиационную безопасность населения и территорий. Формулируют общие рекомендации при угрозе ядерного заражения. Работают с интерактивными схемами и</p>

	радиационного заражения. Ключевые понятия темы: радиационная опасность; ионизирующее излучение; экспозиционная доза облучения; уровень радиации; радиационная безопасность; меры обеспечения безопасности	заданиями
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения Вопросы для обсуждения: • убежища и укрытия — средства коллективной защиты населения; • защитные свойства и характерные особенности убежищ, укрытий; • особенности противорадиационного укрытия. Ключевые понятия темы: инженерные сооружения гражданской обороны; убежище; противорадиационное укрытие; простейшее укрытие	Рассматривают средства коллективной защиты населения. Закрепляют знания о защитных свойствах и характерных особенностях убежищ и укрытий. Характеризуют особенности противорадиационного укрытия
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности Вопросы для обсуждения: • характеристика биологических (биолого-социальных) чрезвычайных ситуаций; • источники биолого-социальной и экологической опасности; • экологический кризис, экологическая безопасность. Ключевые понятия темы: биологическая и экологическая опасность; биологические средства; биологические агенты; биологический терроризм; источники биолого-социальной чрезвычайной ситуации; биологическая опасность; биологическая безопасность; чрезвычайная экологическая ситуация; экологическая безопасность	Актуализируют знания по экологической безопасности. Характеризуют источники биолого-социальной и экологической опасности. Изучают характеристику биологических чрезвычайных ситуаций
20	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи Вопросы для обсуждения: • защита органов дыхания и кожных покровов; • защитные свойства и характеристики противогазов; • специальные и простейшие средства индивидуальной защиты. Ключевые понятия темы: средства индивидуальной защиты органов дыхания; противогаз фильтрующий, изолирующий; медицинские средства защиты кожи; респиратор; ватно-марлевая повязка; средства индивидуальной защиты кожи	Актуализируют полученные ранее знания о специальных и простейших средствах индивидуальной защиты органов дыхания. Характеризуют виды и особенности противогазов. Совершенствуют умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)		
21	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы Вопросы для обсуждения: • основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; • геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия	Характеризуют структуру и анализируют организационную основу Вооруженных Сил Российской Федерации. Расширяют знания о структуре

	развития и обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил нашего государства; • структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Ключевые понятия темы: Вооруженные Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооруженными Силами Российской Федерации; Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение; воинская часть	Вооруженных Сил
22	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации Вопросы для обсуждения: • состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации; • виды Вооруженных Сил: краткая характеристика и назначение; • рода войск: краткая характеристика и назначение. Ключевые понятия темы: состав Вооруженных Сил Российской Федерации; Сухопутные войска; Воздушно-космические силы; Военно-Морской Флот; Ракетные войска стратегического назначения; Воздушно-десантные войска; Тыл Вооруженных Сил	Анализируют состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Актуализируют знания и дают краткую характеристику видов Вооруженных Сил. Закрепляют знание федеральных законов. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации
23	Воинская обязанность и военная служба Вопросы для обсуждения: • законодательные основы военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации; • воинская обязанность: краткая характеристика и назначение; • военная служба и допризывная подготовка. Ключевые понятия темы: воинская обязанность; мобилизация; военное положение; военная служба; Военная присяга; обязательная подготовка; добровольная подготовка	Закрепляют знание законодательных основ военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации. Определяют структуру и содержание воинской обязанности
24	Права и обязанности военнослужащих Вопросы для обсуждения: • законодательные основы социальной защиты военнослужащих; • права и обязанности военнослужащих; • виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим. Ключевые понятия темы: социальный статус; права военнослужащих; обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные; воинская дисциплина; единоначалие; верность воинскому долгу	Рассматривают законодательные основы социальной защиты военнослужащих. Изучают права и обязанности военнослужащих. Характеризуют общие, должностные, специальные обязанности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий
25	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Вопросы для обсуждения: • боевые традиции Российской армии; • ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ключевые понятия темы: боевые традиции; воинские ритуалы; патриотизм; воинский долг; воинская честь; Военная присяга; Боевое знамя воинской части; воинский коллектив; войсковое	Характеризуют боевые традиции и структуру воинских ритуалов. Изучают порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации. Работают в группах. Решают ситуационные задачи

	товарищество	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)		
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)		
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья Вопросы для обсуждения: <ul style="list-style-type: none"> • подходы к пониманию сущности здоровья; • медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; • социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания. Ключевые понятия темы: медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное здоровье человека; сфера здравоохранения; санитарное просвещение 	Объясняют социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания. Анализируют понятия «индивидуальное здоровье» и «общественное здоровье». Делают умозаключения и формулируют выводы
27	Здоровый образ жизни и его составляющие Вопросы для обсуждения: <ul style="list-style-type: none"> • что такое здоровый образ жизни; • факторы, влияющие на здоровье; • основные составляющие здорового образа жизни человека. Ключевые понятия темы: образ жизни; здоровый образ жизни; культура здоровья; факторы риска; основные составляющие здорового образа жизни 	Раскрывают сущность понятия «здоровый образ жизни», его значение и составляющие. Формируют целостное представление о здоровом образе жизни как средстве обеспечения общего благополучия человека
28	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики Вопросы для обсуждения: <ul style="list-style-type: none"> • основные инфекционные болезни: классификация, механизмы передачи инфекции, меры медицинской помощи; • источники инфекционных заболеваний и факторы риска; • меры профилактики инфекционных заболеваний и иммунитет. Ключевые понятия темы: эпидемия; пандемия; инфекционные заболевания; классификация инфекционных заболеваний; иммунитет; вакцинация; факторы риска; обсервация; карантин; дезинфекция 	Расширяют знания об инфекционных заболеваниях и методах их профилактики. Перечисляют источники инфекционных заболеваний и факторы риска. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики Вопросы для обсуждения: <ul style="list-style-type: none"> • факторы риска основных неинфекционных заболеваний; • факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний; • меры профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Ключевые понятия темы: основные неинфекционные заболевания; сердечно-сосудистые заболевания; атеросклероз; артериальная гипертензия 	Актуализируют знания об основных неинфекционных заболеваниях. Перечисляют и характеризуют факторы риска неинфекционных и сердечно-сосудистых заболеваний. Объясняют меры профилактики
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем Вопросы для обсуждения: <ul style="list-style-type: none"> • факторы риска заболеваний, передающихся половым путем; • культура полового поведения 	Формируют целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек. Изучают и анализируют

	юноши и девушки; • симптомы, последствия и меры профилактики заболеваний, передающихся половым путем. Ключевые понятия темы: половое воспитание; целомудрие; заболевания, передающиеся половым путем; профилактика заболеваний, передающихся половым путем	симптомы, последствия заболеваний, передающихся половым путем, и меры профилактики. Систематизируют знания по данной теме
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок Вопросы для обсуждения: • законы Российской Федерации и социальная ответственность граждан и специалистов по оказанию первой помощи при неотложных состояниях; • неотложные состояния, требующие оказания первой помощи; • мероприятия по оказанию первой помощи. Ключевые понятия темы: неотложное состояние; первая помощь; фактор времени; травма; перечень состояний, при которых оказывают первую помощь; перечень мероприятий по оказанию первой помощи	Актуализируют знания по оказанию помощи при неотложных состояниях. Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи. Работают с интерактивными заданиями
32	Правила оказания первой помощи при травмах Вопросы для обсуждения: • понятие об асептике, антисептике, антибиотиках; • порядок и правила оказания первой помощи при травмах; • способы снижения остроты боли и противошоковые мероприятия. Ключевые понятия темы: асептика; антисептика; антибиотики; общие правила оказания первой помощи при травмах; иммобилизация; шинирование	Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при травмах. Перечисляют противошоковые мероприятия
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях Вопросы для обсуждения: • виды кровотечений, их особенности; • особенности паренхиматозных кровотечений; • способы оказания первой помощи при кровотечениях. Ключевые понятия темы: кровотечение: артериальное, венозное, капиллярное	Характеризуют виды кровотечений и способы их остановки. Расширяют и систематизируют свои знания по данной теме. Практически отрабатывают умения остановки кровотечений различными способами
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация Вопросы для обсуждения: • признаки жизни и смерти; • правила проведения сердечно-легочной реанимации. Ключевые понятия темы: сердечно-легочная реанимация; признаки жизни; признаки смерти; искусственное дыхание способом «рот в рот»; надавливание на грудную клетку	Систематизируют и расширяют знания о проведении сердечно-легочной реанимации. Практически отрабатывают умения. Характеризуют признаки жизни и признаки смерти. Перечисляют порядок оказания реанимационных мероприятий
35	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах Вопросы для обсуждения: • признаки ушиба, растяжения связок, вывиха, перелома; • первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах; • первая помощь при	Перечисляют порядок действий при оказании первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении связок и переломах. Систематизируют знания об

	переломах и комбинированных травмах; • иммобилизация и транспортировка пострадавших. Ключевые понятия темы: ушиб; растяжение связок; вывих; перелом; иммобилизация	• иммобилизации и транспортировке. Демонстрируют практические умения
--	--	--

Тематическое планирование 11 класс

№ темы	Название и программное содержание темы	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (15 ч)		
Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)		
1	Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания Вопросы для обсуждения: • причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества; • образование и социальное воспитание — основы культуры безопасности жизнедеятельности; • личная ответственность — условие повышения общей безопасности жизнедеятельности. Ключевые понятия темы: институт социального воспитания; социальное взросление личности	Характеризуют причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. Рассуждают, делают выводы. Анализируют образование и социальное воспитание, а также личную ответственность как условия повышения культуры безопасности жизнедеятельности
2	Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий Вопросы для обсуждения: • экологичность, биоэтичность, ориентиры и критерии развития науки и технологий; • экологическая безопасность; • биоэтика — комплексная оценка культуры безопасности жизнедеятельности объектов техносферы. Ключевые понятия темы: научная картина мира; биоэтика; ключевые вопросы биоэтики	Выявляют признаки современного экологического кризиса. Оценивают экологическую безопасность. Характеризуют биоэтику. Анализируют информацию из разных источников
3	Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания Вопросы для обсуждения: • научные основы общей теории безопасности жизнедеятельности; • основные объекты общей теории безопасности жизнедеятельности и научные подходы к их изучению; • закон сохранения жизни, энергии в системе «человек — среда обитания» и показатели благополучия и безопасности среды для человека. Ключевые понятия темы: моделирование; методологические подходы: системный, средовый, экологический, аналитический, функциональный (объектный),	Изучают основы общей теории безопасности жизнедеятельности. Рассматривают различные методологические подходы. Характеризуют показатели благополучия и безопасности среды для человека

	синергетический	
4	<p>Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности Вопросы для обсуждения: • виды и источники антропогенных опасностей, критерии безопасности; • антропогенные, техногенные, социогенные проблемы; • система принципов и системный подход в обеспечении безопасности. Ключевые понятия темы: безопасность; антропогенные опасности; потенциальная, реальная и реализованная опасности; идентификация; номенклатура опасностей; системный анализ безопасности</p>	<p>Характеризуют систему принципов и системный подход в обеспечении безопасности. Рассматривают антропогенные, техногенные, социогенные проблемы. Актуализируют знания о видах и источниках антропогенных опасностей</p>
5	<p>Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания» Вопросы для обсуждения: • системный подход к проектированию систем управления безопасностью; • система принципов обеспечения безопасности, стратегия управления безопасностью жизнедеятельности; • эргономические и психологические основы проектирования систем безопасности. Ключевые понятия темы: управление безопасностью жизнедеятельности; управление риском; уровни безопасности; виды совместимости; гигиеническое нормирование</p>	<p>Характеризуют систему принципов обеспечения безопасности. Развивают личные, духовные и физические качества; самооценку собственной культуры безопасного поведения</p>
Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности (5 ч)		
6	<p>Обеспечение национальной безопасности России Вопросы для обсуждения: • национальная безопасность России в современном мире; • Стратегия национальной безопасности России. Ключевые понятия темы: национальные интересы; национальная безопасность; Стратегия национальной безопасности; социальная безопасность; оборона</p>	<p>Обобщают и интерпретируют информацию с использованием учебной литературы и других информационных ресурсов. Работают с интерактивными объектами</p>
7	<p>Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности Вопросы для обсуждения: • взаимосвязь социально-экономического развития и национальной безопасности: Стратегия социальноэкономического развития России; • социальная безопасность и меры ее обеспечения; • государственная безопасность и меры ее обеспечения. Ключевые понятия темы: глобализация; социальная безопасность; социальный</p>	<p>Формируют основы научного типа мышления. Характеризуют и анализируют социальную, экономическую и государственную безопасность и меры их обеспечения</p>

	институт; государственная безопасность	
8	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму Вопросы для обсуждения: • роль государства в противодействии терроризму; ФСБ России; • Национальный антитеррористический комитет (НАК): задачи; • контртеррористическая операция и взаимодействие властных структур государства. Ключевые понятия темы: Пограничная служба ФСБ России; пограничная деятельность; терроризм; экстремизм; Национальный антитеррористический комитет; контртеррористическая операция	Рассматривают государственные меры по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Характеризуют военно-силовые ресурсы государства в противодействии терроризму
9	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России Вопросы для обсуждения: • государственные меры защиты населения и территорий: РСЧС; • деятельность «чрезвычайного министерства» профессиональные и моральные качества спасателей — специалистов поисково-спасательной службы МЧС России. Ключевые понятия темы: поисково-спасательная служба МЧС; добровольная пожарная дружина; добровольчество»;	Анализируют и выявляют государственные меры защиты населения и территорий. Перечисляют профессиональные и моральные качества спасателей. Формируют нравственные ориентиры
10	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму Вопросы для обсуждения: • документы международного права и внешняя политика России; • гуманитарная помощь и миротворческая помощь; • участие России в деятельности Организации Объединенных Наций (ООН). Ключевые понятия темы: национальные интересы России; Европейский союз (ЕС); Организация Объединенных Наций (ООН); гуманитарная помощь; волонтерское движение; гуманитарная миссия; гуманитарная катастрофа	Обобщают и интерпретируют полученную информацию. Анализируют и характеризуют внешнюю политику Российской Федерации
Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека (5 ч)		
11	Экстремальные ситуации криминогенного характера Вопросы для обсуждения: • характеристика чрезвычайных ситуаций криминогенного характера и уголовная ответственность несовершеннолетних; • хулиганство, грабеж, разбой, воровство, насилие, вандализм; • самооборона и меры предупреждения криминогенной опасности.	Актуализируют и дополняют материал по характеристике чрезвычайных ситуаций криминогенного характера и уголовной ответственности несовершеннолетних. Проектируют модели безопасного поведения

	Ключевые понятия темы: криминальный; криминогенный; преступление; экстремальная ситуация криминогенного характера; самооборона	
12	Экстремизм, терроризм и безопасность человека Вопросы для обсуждения: • зоны повышенной криминогенной опасности в городе; толпа как скрытая опасность, меры спасения в толпе; • уголовная ответственность за совершение ряда преступлений; • меры безопасности человека и общества в криминогенной ситуации. Ключевые понятия темы: зона повышенной криминогенной опасности; толпа; заложник; терроризм; психологическая готовность	Закрепляют правила безопасного поведения в городе, в толпе. Расширяют знания о мерах безопасности личности, общества в криминогенной ситуации. Решают ситуационные задачи, формулируют выводы. Рассматривают законодательные основы уголовной ответственности за экстремизм, терроризм
13	Наркотизм и безопасность человека Вопросы для обсуждения: • наркотизм как социальное зло, личная, общественная и государственная проблема; • наркотизм и меры безопасности. Ключевые понятия темы: наркотики; наркотизм; наркомания; токсикомания	Раскрывают сущность наркотизма. Систематизируют знания. Анализируют масштабы данной общественной и государственной проблемы. Перечисляют меры безопасности, выполняют интерактивные задания. Работают с дополнительными источниками информации
14	Дорожно-транспортная безопасность Вопросы для обсуждения: • культура безопасности дорожного движения; • роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения: федеральные целевые программы; • роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения. Ключевые понятия темы: дорожно-транспортное происшествие (ДТП); дорога; участники дорожного движения; Правила дорожного движения (ПДД); Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД)	Определяют уровень культуры безопасности дорожного движения. Анализируют роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения. Устанавливают роль общественных организаций в повышении безопасности дорожного движения. Приводят примеры, готовят учебные проекты
15	Вынужденное автономное существование в природных условиях Вопросы для обсуждения: • причины и проблемы вынужденной автономии; • меры преодоления страха, стресса, правила выживания; • необходимые умения по обеспечению автономного существования в природной среде; • подача сигналов бедствия. Ключевые понятия темы: выживание;	Работают в группах. Характеризуют правила выживания в условиях вынужденной автономии. Отрабатывают необходимые умения. Вырабатывают в себе нравственные качества и убеждения

	вынужденное автономное существование; факторы выживания; стресс; страх; НАЗ (носимый аварийный запас)	
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)		
Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)		
16	Основные задачи Вооруженных Сил Вопросы для обсуждения: • история армии: история побед и реформ; • основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время; • другие войска, воинские формирования и органы. Ключевые понятия темы: рекрутский набор; всеобщая воинская обязанность; Закон СССР «О всеобщей воинской обязанности»; Вооруженные Силы Российской Федерации	Перечисляют основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время. Актуализируют ранее полученные знания из истории армии. Приводят примеры. Дискутируют
17	Правовые основы воинской обязанности Вопросы для обсуждения: • правовые основы воинской обязанности; • воинский учет граждан России: назначение и содержание; • военная служба по контракту; • Военная присяга: социальное и военное назначение. Ключевые понятия темы: воинская обязанность; воинский учет; военная служба по контракту; военный комиссариат; Военная присяга	Формулируют правовые основы воинской обязанности. Характеризуют особенности военной службы по контракту. Объясняют на значение и содержание воинского учета граждан России
18	Правовые основы военной службы Вопросы для обсуждения: • федеральные законы и воинские уставы; • взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины; • права и свободы военнослужащих; • увольнение с военной службы и запас Вооруженных Сил. Ключевые понятия темы: устав; мобилизация; запас Вооруженных Сил; воинский устав; внутренняя служба; увольнение с военной службы; военные сборы	Изучают федеральные законы и воинские уставы. Работают с текстом. Определяют взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины. Анализируют права и свободы военнослужащих. Размышляют, делают выводы
19	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная Вопросы для обсуждения: • обязательная подготовка граждан к военной службе; • добровольная подготовка граждан к военной службе; • военно-учетные специальности. Ключевые понятия темы: обязательная подготовка к военной службе; добровольная подготовка к военной службе; военно-учетная специальность	Анализируют особенности обязательной подготовки граждан к военной службе. Определяют особенности добровольной подготовки. Характеризуют военно-учетные специальности
20	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего Вопросы для обсуждения: • виды воинской деятельности и воинские	Формулируют морально-психологические требования к военнослужащим. Перечисляют

	<p>обязанности; • морально-психологические требования к военнослужащим; • общие и специальные обязанности военнослужащих. Ключевые понятия темы: Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации; Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации; гарнизонная служба; караульная служба; боевое дежурство; коллективизм</p>	<p>и анализируют виды воинской деятельности и воинской обязанности. Расширяют сведения об общих и специальных обязанностях военнослужащих</p>
Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии (5 ч)		
21	<p>Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы Вопросы для обсуждения: • прохождение военной службы по призыву; • значение воинской дисциплины; • значение принципа единоначалия в армии; • альтернативная гражданская служба. Ключевые понятия темы: военная служба по призыву; воинская дисциплина; единоначалие; исполнительность; альтернативная гражданская служба</p>	<p>Характеризуют значение воинской дисциплины. Изучают особенности прохождения военной службы по призыву. Расширяют знания об альтернативной гражданской службе</p>
22	<p>Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира Вопросы для обсуждения: • право войны и «горячие точки» в международной политике; • гуманитарная помощь и миротворческие операции России. Ключевые понятия темы: право войны; миротворцы; комбатант; «горячая точка»; гуманитарная помощь; гуманитарная катастрофа</p>	<p>Раскрывают сущность миротворческих операций. Определяют особенности международной политики. Рассуждают, делают выводы, работают с дополнительными источниками информации</p>
23	<p>Военные операции на территории России: борьба с терроризмом Вопросы для обсуждения: • участие Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом; • роль руководителя в обеспечении успеха контртеррористической операции; • особый правовой режим контртеррористической операции. Ключевые понятия темы: контртеррористическая операция; группировка сил контртеррористической операции; бандит; бандформирование</p>	<p>Актуализируют знания об участии Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Характеризуют понятие «контртеррористическая операция». Рассуждают, делают выводы, работают с дополнительными источниками информации</p>
24	<p>Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации Вопросы для обсуждения: • военные учения; • военная стратегия и тактика. Ключевые понятия темы: военные учения; стратегия; тактика; стратегическая цель; театр военных действий; геополитика</p>	<p>Расширяют и актуализируют знания о военной стратегии и тактике. Работают с текстом, делают выводы. Приводят примеры, обобщают информацию</p>

25	Боевая слава российских воинов Вопросы для обсуждения: • «викториальные дни» России; • Дни воинской славы Российской Федерации; • традиции памяти — духовная связь поколений. Ключевые понятия темы: Дни воинской славы; «викториальные дни»	Формируют целостное представление о боевой славе российских воинов. Определяют личностную позицию и национальную идентичность. Работают с интерактивными объектами
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)		
Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 ч)		
26	Демографическая ситуация в России Вопросы для обсуждения: • демография и здоровье россиян: причины, проблемы, решения; • медицинское обеспечение населения России и культура здоровья. Ключевые понятия темы: демография; депрессия; транквилизаторы; астения (астенический синдром)	Анализируют демографическую ситуацию в России. Работают с дополнительными источниками информации. Характеризуют медицинское обеспечение здоровья населения. Выявляют проблемы, находят пути решения
27	Культура здорового образа жизни Вопросы для обсуждения: • компоненты культуры здорового образа жизни; • рациональная организация режима труда и отдыха; • принципы рациональности режима дня и биологические ритмы. Ключевые понятия темы: режим труда и отдыха; подростковый возраст; усталость; утомление, биологические ритмы Культура питания Вопросы для обсуждения: • что означает понятие «культура питания»; • главное правило рационального питания; • основные принципы рационального питания. Ключевые понятия темы: рациональное питание; культура питания; главное правило рационального питания; здоровое питание; основные принципы рационального питания; умеренность в питании; сбалансированность питания; четырехразовое питание; полноценное питание; качество продуктов; диетология	Определяют и анализируют компоненты культуры здорового образа жизни. Характеризуют рациональную организацию режима труда и отдыха. Воспитывают ответственное отношение к собственному здоровью Формулируют и характеризуют основные принципы рационального питания. Формируют культуру здорового питания. Делают выводы, выявляют причинно-следственные связи
28	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье Вопросы для обсуждения: • подходы к пониманию сущности репродуктивного здоровья; • биологическое и социальное взросление юноши и девушки; • социальная обусловленность культуры в отношениях представителей противоположных полов. Ключевые понятия темы: подростковый возраст; репродуктивное здоровье; репродуктивная система; целомудрие; духовность	Характеризуют сущность репродуктивного здоровья. Воспитывают в себе нравственные приоритеты. Анализируют, размышляют, делают выводы. Работают с интерактивными объектами и решают ситуационные задачи Формируют целостное представление о вредных привычках. Характеризуют

	<p>Вредные привычки. Культура движения</p> <p>Вопросы для обсуждения: • причины и последствия вредных привычек; • двигательная активность и физическая культура — полезные привычки; • как связаны культура движения и здоровье. Ключевые понятия темы: привычка; вредная привычка; полезная привычка; кинезофилия; культура движения; физическая культура; спорт</p>	<p>влияние двигательной активности на здоровье человека. Интерпретируют информацию из дополнительных источников. Анализируют, сравнивают, делают выводы</p>
Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях (5 ч)		
29	<p>Медико-психологическая помощь</p> <p>Вопросы для обсуждения: • права и обязанности очевидцев происшествия по оказанию первой помощи; • психотравмирующие ситуации и первая психологическая помощь; • медицина катастроф и службы экстренной медицинской помощи. Ключевые понятия темы: экстремальная ситуация; шок; травматический шок; первая помощь; кома; асфиксия; аспирация; первая психологическая помощь; медицина катастроф</p>	<p>Определяют психотравмирующие ситуации и особенности оказания психологической помощи. Решают ситуационные задачи. Формируют способность обосновать собственную точку зрения</p>
31	<p>Первая помощь при ранениях</p> <p>Вопросы для обсуждения: • виды ран, их причины и особенности; • осложнения при ранениях: столбняк, сепсис, газовая гангрена; • первая помощь при ранениях: обработка ран и наложение повязок. Ключевые понятия темы: поверхностное ранение; глубокое ранение; раны: колотая, резаная, рубленая, ушибленная, укушенная, огнестрельная; сепсис; столбняк; газовая гангрена; повязка</p>	<p>Расширяют и совершенствуют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при ранениях</p>
32	<p>Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении</p> <p>Вопросы для обсуждения: • последствия радиации, взрывов, отравляющих веществ; • первая помощь при комбинированных травмах, электротравмах; • первая помощь при ожогах: термических, химических. Ключевые понятия темы: комбинированная травма; ожог; ожоговый шок; отравление; яд; обморожение</p>	<p>Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при электротравмах, ожогах, обморожении</p>
34	<p>Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии</p> <p>Вопросы для обсуждения: • правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии; • юридическая ответственность и безопасность</p>	<p>Характеризуют правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии. Формируют умение находить</p>

	очевидцев дорожно-транспортного происшествия; • обязанности водителя при дорожно-транспортном происшествии и правило «золотого часа» при оказании первой помощи. Ключевые понятия темы: участники дорожного движения; клиническая смерть; биологическая смерть; сердечно-легочная реанимация	компромиссное решение сложной ситуации. Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания
33	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами Вопросы для обсуждения: • острое отравление и его причины; • первая помощь при отравлении никотином; • первая помощь при отравлении алкоголем и его суррогатами; • первая помощь при отравлении лекарственными препаратами; • первая помощь при отравлении наркотическими веществами. Ключевые понятия темы: острое отравление; никотин; этанол; суррогат алкоголя; метанол (метиловый спирт); этиленгликоль	Актуализируют и совершенствуют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при отравлении никотином, алкоголем, лекарственными препаратами. Решают ситуационные задачи, работают в группах, делают выводы

Календарно-тематический план по ОБЖ 10 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Домашнее задание	Дата	
				План	Факт
Основы безопасности личности, общества, государства (9ч)					
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1	§ 1,2 Страницы 5-16. Вопросы и задания.	02.09.2022	
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	§ 3 Страницы 16-23. Вопросы и задания.	09.09.2022	
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	§ 4 Страницы 23-26. Вопросы и задания.	16.09.2022	
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	§ 5 Страницы 27-32. Вопросы и задания.	23.09.2022	
5	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1	§ 6 Страницы 32-36. Вопросы и задания.	30.09.2022	
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1	§ 7 Страницы 36-40. Вопросы и задания.	07.10.2022	

7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1	§ 8 Страницы 41-45. Вопросы и задания.	14.10.2022	
8	Противодействие экстремизму.	1	§ 9 Страницы 45-50. Вопросы и задания.	21.10.2022	
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	1	§ 10 Страницы 50-55. Вопросы и задания.	28.10.2022	
Аварии с выбросом опасных химических веществ(11ч)					
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	11	§ 11 Страницы 55-61. Вопросы и задания.	11.11.2022	
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1	§ 12 Страницы 61-65. Вопросы и задания.	18.11.2022	
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	§ 13 Страницы 66-71. Вопросы и задания.	25.11.2022	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1	§ 14 Страницы 71-76. Вопросы и задания.	02.12.2022	
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1	§ 15 Страницы 76-82. Вопросы и задания.	09.12.2022	
15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1	§ 16 Страницы 83-90. Вопросы и задания.	16.12.2022	
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1	§ 17 Страницы 90-94. Вопросы и задания.	23.12.2022	
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1	§ 18 Страницы 94-98. Вопросы и задания.	13.01.2023	
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1	§ 19 Страницы 98-102. Вопросы и задания.	20.01.2023	
19	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	1	§ 20 Страницы 102-105. Вопросы и задания.	27.01.2023	
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	1	§ 21 Страницы 106-110. Вопросы и задания.	03.02.2023	
Гидродинамические аварии(14ч)					
21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	§ 22 Страницы 110-113. Вопросы и задания.	10.02.2023	
22	Воинская обязанность и военная служба.	1	§ 23 Страницы 113-116. Вопросы и задания.	17.02.2023	

23	Правила и обязанности военнослужащих.	1	§ 24 Страницы 116-119. Вопросы и задания.	03.03.2023	
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1	§ 25 Страницы 119-126. Вопросы и задания.	10.03.2023	
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1	§ 26 Страницы 127-131. Вопросы и задания.	17.03.2023	
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	§ 27 Страницы 132-134. Вопросы и задания.	31.03.2023	
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1	§ 28 Страницы 134-141. Вопросы и задания.	07.04.2023	
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1	§ 29 Страницы 141-145. Вопросы и задания.	14.04.2023	
29	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	1	§ 30 Страницы 146-149. Вопросы и задания.	21.04.2023	
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1	§ 31 Страницы 149-154. Вопросы и задания.	28.04.2023	
31	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	1	§ 32 Страницы 154-159. Вопросы и задания.	05.05.2023	
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	1	§ 33 Страницы 159-163. § 34 Страницы 164-168. Вопросы и задания.	12.05.2023	
33	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	1	§ 35 Страницы 168-183. Вопросы и задания.	19.05.2023	
34	Обобщение тем года. Теоретический итоговый тест.	1		26.05.2023	

Календарно-тематическое планирование в 11 класс.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Домашнее задание	Дата	
				План	Факт
Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (14 часов)					

1	Проблемы формирования культуры безопасности личности, жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.	1	§ 1,2 Страницы 184-194. Вопросы и задания.	02.09.2022	
2	Общенаучные методологические критерии безопасности современной науки и технологий.	1	§ 3 Страницы 194-201.	09.09.2022	
3	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.	1	§ 4 Страницы 201-205. Вопросы и задания	16.09.2022	
4	Основы управления безопасностью в системе «человек – среда обитания»	1	§ 5 Страницы 205-212. Вопросы и задания	23.09.2022	
5	Обеспечения национальной безопасности России.	1	§ 6 Страницы 212-217. Вопросы и задания	30.09.2022	
6	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.	1	§ 7 Страницы 217-222. Вопросы и задания	07.10.2022	
7	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1	§ 8 Страницы 222-228. Вопросы и задания	14.10.2022	
8	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.	1	§ 9 Страницы 228-231. Вопросы и задания	21.10.2022	
9	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1	§ 10 Страницы 231-235. Вопросы и задания	28.10.2022	
10	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	1	§ 11 Страницы 235-240. Вопросы и задания	11.11.2022	
11	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	1	§ 12 Страницы 240-245. Вопросы и задания	18.11.2022	
12	Наркотизм и безопасность человека.	1	§ 13 Страницы 245-248. Вопросы и задания	25.11.2022	
13	Дорожно-транспортная безопасность.	1	§ 14 Страницы 248-251. Вопросы и задания	02.12.2022	
14	Вынужденное автономное существование в природных условиях.	1	§ 15 Страницы 251-255. Вопросы и задания	09.12.2022	
Раздел 2. Военная безопасность государства (10 часов)					
15	Основные задачи Вооруженных Сил.	1	§ 16 Страницы 256-260. Вопросы и	16.12.2022	

			задания		
16	Правовые основы воинской обязанности.	1	§ 17 Страницы 260-264. Вопросы и задания	23.12.2022	
17	Правовые основы военной службы.	1	§ 18 Страницы 264-267. Вопросы и задания	13.01.2023	
18	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	1	§ 19 Страницы 268-270. Вопросы и задания	20.01.2023	
19	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	1	§ 20 Страницы 270-274. Вопросы и задания	27.01.2023	
20	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	1	§ 21 Страницы 274-277. Вопросы и задания	03.02.2023	
21	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	1	§ 22 Страницы 277-282. Вопросы и задания	10.02.2023	
22	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.	1	§ 23 Страницы 283-286. Вопросы и задания	17.02.2023	
23	Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	§ 24 Страницы 286-289. Вопросы и задания	03.03.2023	
24	Боевая слава российских воинов.	1	§ 25 Страницы 289-293. Вопросы и задания	10.03.2023	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часов)					
25	Демографическая ситуация в России.	1	§ 26 Страницы 294-299. Вопросы и задания	17.03.2023	
26	Культура здорового образа жизни. Культура питания.	1	§ 27 Страницы 299-304. § 28 Страницы 304-309. Вопросы и задания	31.03.2023	
27	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	1	§ 29 Страницы 309-312. Вопросы и задания	07.04.2023	
28	Вредные привычки. Культура движения. Медико-психологическая помощь.	1	§ 30 Страницы 312-319. § 31 Страницы 320-328. Вопросы и задания	14.04.2023	
29	Первая помощь при ранениях	1	§ 32 Страницы 329-333. Вопросы и задания	21.04.2023	

30	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении..	1	§ 33 Страницы 333-339. Вопросы и задания	28.04.2023	
31	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	1	§ 34 Страницы 339-345. Вопросы и задания	05.05.2023	
32	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарством, ядами, наркотическими веществами.	1	§ 35 Страницы 345-351. Вопросы и задания	12.05.2023	
33	Обобщение тем года. Теоретический итоговый тест.	1		19.05.2022	

Согласно годовому календарному графику и расписанию МБОУ Михайловская СОШ на 2022-2023 учебный год на реализацию программы в полном объеме отводиться в 10 классе- 34 часов, 11 классе- 33 часа.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета
МБОУ Михайловской СОШ
от 30.08.2022 года №1

Руководитель МС  Писаренко С.Н.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

Писаренко С.Н. 

30.08. 2022 года