


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Бяратинская средняя общеобразовательная школа»

**Рассмотрено.**

Руководитель ШМО учителей

МКОУ «Бяратинская средняя  
общеобразовательная школа»

 /Новикова Н.В.


Протокол от «26» августа 2020

№ 1

**Согласовано.**

Заместитель директора по УВР

МКОУ «Бяратинская средняя  
общеобразовательная школа»

 /      О.С.Христофорова.

«24» августа 2020 г.

Принято на заседании

педагогического совета

Протокол от 28 августа 2020 г №1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ОБЖ ДЛЯ 10-11 КЛАССА  
НА 2020/2021, 2021/2022 УЧ. Г.**

Составитель программы:  
А.М.Федяев учитель высшей  
квалификационной категории

2020 год

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования **выпускник на базовом уровне научится:**

**знать/понимать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения;
- социально-демографические процессы, происходящие в России, и их влияние на безопасность государства;
- перспективы развития ядерной энергетики в стране и обеспечение радиационной безопасности населения;
- индивидуальные меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта, правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника и при освобождении заложников спецподразделениями;
- основные источники опасностей в природе, техносфере и социуме;
- основные чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера и их классификацию;
- организацию в Российской Федерации защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- основы здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека, обеспечивающей ему личную безопасность и здоровье;
- основные составляющие здорового образа жизни, способствующие обеспечению духовного, физического и социального благополучия личности;
- правовые нормы взаимоотношения полов;
- основные качества личности, характерные для хорошего семьянина, способного обеспечить социальное благополучие;
- взаимосвязь репродуктивного здоровья с социально-демографическими процессами;
- правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья;
- основные положения Военной доктрины Российской Федерации по обеспечению военной безопасности государства;
- предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации, основные функции и задачи Вооруженных Сил по обеспечению военной безопасности государства. Виды и рода войск Вооруженных Сил. Их состав и предназначение;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и дни воинской славы России;
- основные составляющие воинской обязанности граждан Российской Федерации;
- организацию воинского учета и его предназначение;
- организацию медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет;
- содержание обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе;
- правовые основы военной службы( основные положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащего»);
- порядок прохождения военной службы по призыву и по контракту;
- права и обязанности военнослужащих;

-виды ответственности военнослужащих с учетом особенностей их правового положения;

- нормы международного гуманитарного права;
- основные виды воинской деятельности;
- содержание начальной военной подготовки военнослужащих в войсках;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
  - общие обязанности солдата в бою;
  - основные способы передвижения солдата в бою;
  - способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- ориентирование на местности по карте и определение своего местонахождения;-
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;

**Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

- перечислять комплекс основных мероприятий, проводимых в регионе проживания, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- перечислять последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- перечислять основные положения Военной доктрины Российской Федерации, касающиеся обеспечения военной безопасности государства;
- охарактеризовать основные особенности военной службы по призыву и по контракту;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять воинское приветствие на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- готовить автомат к стрельбе;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- определять стороны горизонта по компасу, небесным светилам и некоторым признакам местных предметов;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни и устойчивой психологической невосприимчивости к вредным привычкам;
- формирования в себе качеств хорошего семьянина;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим ;
- формирования психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

## Содержание учебного предмета

### 10 класс

#### Основы безопасности личности, общества и государства

##### *Раздел 1. Основы комплексной безопасности(5 час)*

###### *Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни(1 час)*

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

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

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.

###### *Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (2 часа)*

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

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

###### *Современный комплекс проблем безопасности военного характера (2 часа)*

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

Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

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

### ***Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 час)***

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

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

### ***Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 час)***

#### ***Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (2 часа)***

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

#### ***Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации (1 час)***

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

#### ***Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (1 час)***

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

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

#### ***Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 час)***

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

### ***Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (1 час)***

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности.

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (2час)**

Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

#### *Здоровый образ жизни и его составляющие*

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от потребления наркотика. Профилактика наркомании.

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

#### *Нравственность и здоровье 1 час.*

Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

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

Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей. 1 час

## **«ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ»**

### **Общественно-государственная подготовка**

#### ***1. Основные понятия о воинской обязанности – 1 час.***

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, 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.

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятия военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

#### ***2. Особенности военной службы – 2 часа.***

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных сил РФ, Строевой устав Вооруженных сил РФ, их предназначение и основные положения.

Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История развития военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Основные понятия об альтернативной военной службе. Порядок ее прохождения.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проходов военнослужащих, уволенных в запас.

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Социальная защита военнослужащих и членов их семей. Порядок и нормы снабжения военнослужащих вещевым имуществом. Порядок и нормы продовольственного обеспечения военнослужащих.

Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих. Государственные награды и ведомственные знаки. История их создания. Ордена и медали – олицетворение воинского и гражданского подвига.

### ***3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина – 1 час.***

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить звание защитника Отечества: любовь к Родине, ее 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.

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.

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе.

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных сил РФ.

### ***4. Международное гуманитарное право– 1 час.***

Ограничение средств и методов ведения военных действий в прошлом.

Основные документы современного международного гуманитарного права: четыре Женевских Конвенции от 12 августа 1949 г., два Дополнительных протокола к Женевским



конвенциям от 8 июня 1977 г.

Три основных типа ограничения военных действий в международном гуманитарном праве: ограничение по лицам, ограничение по объектам нападения, ограничение по средствам и методам ведения военных действий.

Общая защита гражданского населения от опасностей, возникающих в связи с военными операциями. Требования к воюющим сторонам проводить различие между гражданским населением и комбатантами. Запрет актов насилия или угроз насилием, имеющих основной целью терроризировать гражданское население.

Ограничение по объектам нападения. Ограничение по средствам и методам ведения военных действий как ограничение особого рода. Главный принцип ведения военных действий — право сторон, находящихся в конфликте, выбирать методы или средства ведения войны — не является неограниченным.

Меры по ограничению методов и средств ведения боевых действий:

- запрещение нападений неизбирательного характера;
- запрещение нападений, которые, как можно ожидать, вызовут потери среди гражданского населения или нанесут ущерб гражданским объектам;
- забота о защите природной среды во время ведения военных действий;
- запрещение использовать голод среди гражданского населения в качестве метода ведения войны;
- запрещение военных действий, основанных на вероломстве.

Цели использования международных отличительных знаков во время вооруженных конфликтов.

Красный крест или красный полумесяц на белом поле — один из старейших международных отличительных знаков. Категории лиц и объектов, которые могут использовать эмблемы красного креста или красного полумесяца во время вооруженного конфликта. Правила использования эмблемы. Запрет на вероломное использование эмблемы.

Отличительный знак: гражданская оборона. Особые задачи гражданской обороны во время военных действий, предусмотренные международным гуманитарным правом.

Определение культурных ценностей. Отличительные знаки: культурные ценности — общая защита. Меры по обеспечению защиты культурных ценностей. Отличительный знак установки и сооружения, содержащие опасные силы. Меры по защите установок и сооружений, содержащих опасные силы: плотин, дамб, атомных электростанций.

Белый флаг. Ситуации, в которых используется белый флаг. Определение нейтральной зоны. Категории лиц, для защиты которых создаются нейтральные зоны. Отличительный знак: нейтральная зона.

Ответственность воюющей стороны за правильное использование отличительного знака. Требования к размещению защитных знаков: большой размер, условия обеспечения видимости.

В каких случаях запрещается использовать международные отличительные знаки?

##### **5. Психологические основы военной службы – 1 час.**

Стрессовая ситуация в ожидании призыва в Вооруженные Силы. Стресс и дистресс. Практические советы по подготовке к любому стрессовому состоянию.

Понятие и оценка личности. Социальная позиция и ее характеристика. Перестройка

личности под влиянием новой социальной роли.

Направленность личности и мировоззрение. Факторы, влияющие на мировоззрение человека. Характеристика мировоззрения молодых людей. Принципы совершения проступков и преступлений в условиях армейской службы.

Слухи и искаженная информация о службе в Вооруженных Силах. Психологические закономерности распространения слухов. Мотивы для распространения слухов и искаженной информации.

Морально-этические качества военнослужащего: совесть, честь, достоинство. Формы их проявления. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

Понятие чувства с точки зрения психологии. Чувство патриотизма, морально-нравственные, волевые и физические качества у военнослужащих. Самовоспитание и самосовершенствование личности молодого человека при подготовке к службе в Вооруженных Силах. Необходимость управления своим психическим состоянием. Качества личности: ум, чувство и воля. Сущность личности и ее проявление.

Психическое саморегулирование и его цели. Методы психического саморегулирования.

### **3.2. Общевоинские Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации - 2 часа**

*Общие положения – 1 час.*

Общевоинские Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними. Правила внутреннего порядка.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации и Строевой Устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Общие обязанности и права военнослужащих. Воинские звания и знаки различия. Начальники и подчиненные, старшие и младшие. Права и обязанности прямых и непосредственных начальников.

Поощрение, дисциплинарная ответственность и дисциплинарные взыскания.

*1. Организация гарнизонной и караульной службы - 1 час.*

Общие положения, гарнизонный наряд, наряд караулов, почетный караул.

### **3.3. Основы медицинских знаний - 2 часа**

*1. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при ранениях. Правила пользования пакетом перевязочным индивидуальным.*

*2. Правила наложения повязок на голову и грудь, живот и верхние и нижние конечности - 1 час.*

Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств.

*1. Понятие о переломах и их признаки. Виды переломов и их осложнения. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах.*

*2. Первая медицинская помощь при радиационных поражениях, поражениях*

*сильнодействующими ядовитыми веществами (СДЯВ) и отравляющими веществами.*

Профилактика радиационных поражений. Назначение и устройство средств индивидуальной медицинской защиты (аптечки индивидуальной АИ-2, пакетов индивидуальных противохимических ИПП-8, ИПП-10) 1 час.

### **3.4. Огневая подготовка - 2 часа.**

*Основы и правила стрельбы - 1 час.*

Выстрел. Начальная скорость, образование траектории, пробивное и убойное действие пули. Отдача оружия и угол вылета. Формула тысячной и ее применение. Прямой выстрел. Прикрытое, поражаемое и мертвое пространства и их практическое значение.

*1. Материальная часть автомата Калашникова и ручных осколочных гранат.*

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Назначение прицельного приспособления и элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным целям - 1 час (макет, учебный АКМ, макет ударно-спусковой механизма, схема-плакат АКМ, грудная фигура с кругами - мишень № 4 неподвижная).

Назначение, боевые свойства ручных осколочных гранат (Ф-1 и др.). Устройство гранат и запала. Работа частей и механизмов гранаты при броске. Подготовка гранаты к броску. Меры безопасности при обращении с гранатами - 1 час.

### **3.5. Тактическая подготовка - 2 часа. Основы общевойскового боя - 1 час.**

Понятие о бое. Характеристика современного боя, цель и виды боя. Обязанности военнослужащих в бою. Управление отделением. Огонь и его значение в бою. Виды огня. Понятия о маневре в бою. Виды маневра.

Способы и приемы передвижения личного состава подразделений в бою при действиях в пешем порядке. Преодоление минно-взрывных заграждений и полей походам в составе отделения (схема, плакат, чертеж).

Выбор и занятие огневой позиции (мест для стрельбы) в обороне вне соприкосновения противником. Оборудование и маскировка окопа для стрельбы, лежа - 1 час (схема, плакат, чертеж).

*1. Разведка - час.*

Требования, предъявляемые к выбору и оборудованию места для наблюдения. Наблюдатель и его обязанности. Способы осмотра местности и обнаружения различных целей по демаскирующим признакам в заданном секторе наблюдения. Порядок доклада о результатах наблюдения (обнаруженных целях). Определение расстояний до ориентиров и целей с помощью угловых величин (по формуле тысячной). Составление схемы местности и нанесение целей на карту.

Понятие о действиях разведки противника. Порядок действий при осмотре местности, заграждений, мостов и др. различных препятствий. Порядок действий по сигналам оповещения.

### **3.6. Строевая подготовка - 3**

Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Развернутый и походный строи. Перестроение. Выполнение приемов с оружием.

### **3.7. Военная топография –3часа**

*Ориентирование на местности с картой и без карты. Определение магнитного азимута.*

Понятия об ориентировании. Определение сторон горизонта по компасу, часам, небесным светилам и другими способами - 1 час.

Азимут (магнитный азимут) и его определение. Определение сторон горизонта, азимутов на местности - 1 час.

Ориентирование на местности без карты. Порядок движения по азимутам, обход препятствий - 2 часа.

### **3.8. Гражданская оборона - 2 часа** *Краткая характеристика современных средств массового поражения и их поражающих факторов – 1 час.*

Ядерное оружие, его поражающие факторы (ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс) и очаги поражения. Характеристика ядерного оружия и его свойств, способы защиты. Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов.

Зоны разрушений в очаге ядерного поражения, их характеристика. Зоны радиоактивного заражения на следе облака ядерного взрыва и уровни радиации в них. Общие понятия о дозе облучения, уровнях радиации, единицах их измерения.

Химическое оружие, способы и признаки его применения. Классификация отравляющих веществ по предназначению (смертельные, временно выводящие из строя, раздражающие) и воздействию на организм (нервно-паралитического действия, кожно-нарывные, общеядовитого действия, удушающие, психохимические, раздражающие). Бинарные химические боеприпасы. Очаг химического поражения, первичная и вторичная зоны заражения. Способы защиты от отравляющих веществ.

*1. Средства индивидуальной защиты - 1 час.*

Фильтрующие противогазы. Назначение и устройство общеевойскового противогаза. Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7. Подбор шлема-маски (маски), проверка исправности, сборка и укладка противогаза. Правила ношения противогаза и пользования им, приемы надевания противогаза на пораженного. Пользование неисправным противогазом.

Респираторы. Назначение, устройство и правила пользования респиратором Р-2. Противопыльная тканевая маска (ПТМ-1). Изготовление простейших средств защиты органов дыхания ватно-марлевой повязки (ВМП). Защитные свойства ПТМ-1 и ВМП, порядок пользования ими. Аптечка индивидуальная (АИ) и индивидуальный противохимический пакет (ИПП), их назначение и порядок пользования ими.

Средства защиты кожного покрова. Назначение, общее устройство специальных средств защиты кожи. Общеевойсковой защитный комплект (ОЗК) и легкий защитный костюм (Л-1) и правила пользования ими.

## **11 класс**

### **I. Основы здорового образа жизни(4час)**

1. Основы здорового образа жизни

### *1.1. Правила личной гигиены и здоровье*

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

### *1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов*

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые

необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

*1.3. Семья в современном обществе. Законодательство о семье* Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

## **«ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ»**

### **4.1. Общественно-государственная подготовка-15 часов.**

#### **1. Вооруженные силы Российской Федерации. Вводное занятие – 2 часа.**

Федеральный закон от 28 марта 1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе», постановление Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 № 1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе», другие нормативные правовые акты в области подготовки граждан к военной службе.

«Подготовка граждан по основам военной службы» - обязательный общегосударственный момент. Содержание программы, цели и задачи. Обязанности обучаемых и правила их поведения на занятиях.

#### **2. История создания Вооруженных сил – 2 часа** *История создания Вооруженных Сил - 1 час.*

Создание Ратных дружин Московского княжества в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии и флота. Военные реформы во второй половине XIX - начале XX века. Создание Советских Вооруженных Сил. Роль Советской Армии в Великой Отечественной войне. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военных реформ.

#### *1. Вооруженные Силы Российской Федерации - 1 час.*

Предназначение и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск, их предназначение.

#### **3. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести – 2 часа** *Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации - 1 час.*

Патриотизм и верность воинскому долгу, преданность своему Отечеству и стремление служить его интересам - основные качества военнослужащего. Дружба, войсковое товарищество и боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

#### *1. Боевое знамя воинской части - официальный символ и воинская реликвия воинской части - 1 час.*

Боевое знамя - символ, олицетворяющий честь, доблесть, славу и боевые традиции воинской части, который указывает на ее предназначение и принадлежность к

Вооруженным Силам Российской Федерации, другим войскам, воинским формированиям и органам. Порядок вручения Боевого знамени воинской части, его хранения и содержания.

**4. Воинская обязанность граждан Российской Федерации - 1 час** Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет, обязательная подготовка граждан 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.

#### **4.2. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации –1 час**

Развод и смена караулов. Внутренний порядок в караулах. Часовой, его обязанности и порядок несения службы. Проверка караулов. Охрана объектов с применением технических средств охраны. Порядок применения оружия.

#### **4.3. Основы медицинских знаний - 4 часа** *Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика - 1 час.*

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций.

Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете. Порядок проведения экстренной и специальной профилактики.

##### *1. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и обморожениях - 1 час.*

Ожоги, их виды и степень. Профилактика ожогов. Оказание первой медицинской помощи при ожогах.

Обморожения, причины обморожений. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях.

##### *2. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях - 1 час.*

Причины отравлений. Профилактика отравлений. Признаки отравления. Оказание первой медицинской помощи при отравлении.

##### *3. Правила оказания первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах - 1 час.*

Причины, вызывающие тепловой и солнечный удары. Оказание первой медицинской помощи.

#### **4.4. Огневая подготовка - 3 часа**

**Практически.** *Выполнение упражнения контрольных стрельб из малокалиберной винтовки (тир) - 3 часа.*

Меры безопасности на занятиях. Выбор прицела и точки прицеливания. Порядок заряжания и разряжения винтовки, изготовка к стрельбе, прицеливание, производство стрельбы. Команды для выхода смены на огневой рубеж и заряжания оружия. Доклады после заряжания оружия и окончания стрельбы - 1 час.

Стрельба из малокалиберной винтовки – 2 часа.

Контрольное упражнение: цель - грудная фигура с кругами, мишень № 6а и атакующий (контратакующий) стрелок (ростовая фигура, мишень № 8г (8в), появляющаяся на ограниченное время. Дальность до цели: до грудной фигуры - 25 м, до атакующего (контратакующего) стрелка - 25 (50) м. Количество патронов - 5 шт. Время на стрельбу - неограниченное. Изготовка для стрельбы - лежа с упора.

Оценка: поразить обе цели, причем мишень № 6а (7а) на «отлично» - тремя выстрелами; на «хорошо» - двумя, на «удовлетворительно» - одним.

Разрешается проводить стрельбу по мишеням, установленным на одной дистанции. При этом при стрельбе на дистанции 25 м устанавливаются мишени № 6а и 8г, а на 50 м - мишени № 7а и 8в. Нормативы остаются прежними.

#### **4.5. Строевая подготовка - 4 часа**

Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Развернутый и походный строи. Перестроение. Выполнение приемов с оружием.

#### **4.6. Гражданская оборона - 3 часа**

##### *1. Измеритель мощности дозы (радиометр-рентгенметр) - 1 час.*

Назначение, принцип действия, тактико-технические характеристики, устройство прибора. Подготовка прибора к работе. Измерение уровней (мощности дозы) радиации на местности и радиоактивного заражения (загрязнения) различных поверхностей и воды. Уход за прибором. Допустимые нормы загрязнения.

##### *2. Приборы контроля радиоактивного облучения ДП-22В (индивидуальные дозиметры) – 1 час.*

Назначение, устройство, тактико-технические характеристики, подготовка к работе. Измерение дозы облучения. Возможные последствия радиоактивного облучения людей. Безопасные дозы радиоактивного облучения. Организация дозиметрического контроля. Групповой и индивидуальный методы контроля.

##### *2. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР) – 1 час.*

Назначение, устройство, тактико-технические характеристики, подготовка к работе. Порядок определения отравляющих веществ (ОВ) в воздухе, на местности, вооружении в опасных и безопасных концентрациях. Определение ОВ при низких температурах в воздухе и сыпучих материалах. Уход за прибором.

### **Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

#### **10 класс**

№	Тема	Кол-во часов
1	Основы комплексной безопасности	5
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	6
4	Основы здорового образа жизни.	2
5	Основные понятия о воинской обязанности	1
6	Особенности военной службы	2

7	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	1
8	Международное гуманитарное право–	1
9	Психологические основы военной службы	1
10	Общевоинские Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	2
11	Основы медицинских знаний	2
12	Огневая подготовка	2
13	Тактическая подготовка	2
14	Строевая подготовка	3
15	Гражданская оборона	2
	Итого:	34

### 11 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Основы здорового образа жизни.	4
	Основы медицинских знаний	4
	Общественно-государственная подготовка..	15
2	Огневая подготовка.	3
	Строевая подготовка.	4
	Гражданская оборона.	3
	Итоговое занятие	1
	Итого:	34