

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 73
г. Челябинска»

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО
учителей физической культу-
ры и основ безопасности жиз-
недеятельности
«25» августа 2021г

ПРИНЯТА:
педагогическим советом
МАОУ «СОШ №73 г.
Челябинска»
протокол №1 от 30.08.2021

УТВЕРЖДАЮ:
директор МАОУ «СОШ №
73 г. Челябинска»
 Л.Е.Шевчук
«30» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Образовательная область «Физическая культура»

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»

10-11 классы

СРЕДНЕЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Челябинск, 2021

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» Базовый уровень

Предметные планируемые результаты достигаются путем освоения обучающимися программного материала в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», сохраняя единое образовательное пространство и преемственность в задачах между уровнями образования. При этом не задается жесткий объем содержания образования, не разделяется по годам обучения и не связывается с конкретными педагогическими направлениями, технологиями и методиками. Учителю предоставляются широкие возможности в реализации своих взглядов и идей на построение учебного курса, в выборе объема и тем национально-региональных этнических особенностей, а также собственных образовательных траекторий, инновационных форм и методов образовательного процесса.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

1.1. Личностные планируемые результаты

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются, прежде всего, в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом. Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, отношения к выполнению конституционного долга – защите отечества.

2. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном

самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства; понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия; формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы); установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях; установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности; освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

1.2. Метапредметные планируемые результаты

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
Регулятивные универсальные учебные действия		
<i>P₁</i> Целеполагание	<i>P_{1.1}</i> Самостоятельно определять цели деятельности, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута; <i>P_{1.2}</i> Ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях	Постановка и решение учебных задач, в том числе технология «перевернутый класс» Поэтапное формирование умственных действий Технология
<i>P₂</i> Планирование	<i>P_{2.1}</i> Выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты	

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
	<p><i>P_{2.2}</i> Самостоятельно составлять планы деятельности</p> <p><i>P_{2.3}</i> Использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности</p> <p><i>P_{2.4}</i> Выбирать успешные стратегии в различных ситуациях</p>	<p>формирующего оценивания, в том числе прием «прогностическая самооценка»</p>
<i>P₃</i> Прогнозирование	<p><i>P_{3.1}</i> Оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели</p> <p><i>P_{3.2}</i> Организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели</p> <p><i>P_{3.3}</i> Оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали</p>	<p>Групповые и индивидуальное проекты</p> <p>Учебно-исследовательская деятельность</p> <p>Кейс-метод</p> <p>Учебно-познавательные и учебно-практические задачи «Разрешение проблем / проблемных ситуаций», «Ценностно-смысловые установки», «Рефлексия», «Самостоятельное приобретение, перенос и интеграция знаний», «Самоорганизация и саморегуляция»</p>
<i>P₄</i> Контроль и коррекция	<p><i>P_{4.1}</i> Самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность</p>	
<i>P₅</i> Оценка	<p><i>P_{5.1}</i> Сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью</p>	
<i>P₆</i> Познавательная рефлексия	<p><i>P_{6.1}</i> Владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения</p>	
<i>P₇</i> Принятие решений	<p><i>P_{7.1}</i> Самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей</p>	
Познавательные универсальные учебные действия		
<i>P₈</i> Познавательные	<p><i>P_{8.1}</i> Искать и находить обобщенные способы решения задач</p> <p><i>P_{8.2}</i> Владеть навыками разрешения проблем</p>	<p>Стратегии смыслового чтения, в том числе постановка вопросов,</p>

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
компетенции, включающие навыки учебно-исследовательской и проектной деятельности	<p>П_{8.3} Осуществлять самостоятельный поиск методов решения практических задач, применять различные методы познания</p> <p>П_{8.4} Решать задачи, находящиеся на стыке нескольких учебных дисциплин</p> <p>П_{8.5} Использовать основной алгоритм исследования при решении своих учебно-познавательных задач</p> <p>П_{8.6} Использовать основные принципы проектной деятельности при решении своих учебно-познавательных задач и задач, возникающих в культурной и социальной жизни</p> <p>П_{8.7} Выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения</p> <p>П_{8.8} Менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности</p> <p>П_{8.9} Проявлять способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности, в том числе учебно-исследовательской и проектной деятельности</p> <p>П_{8.10} Самостоятельно применять приобретенные знания и способы действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей, в том числе в учебно-исследовательской и проектной деятельности</p> <p>П_{8.11} Владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, а именно:</p> <p>П_{8.11.1} ставить цели и/или <i>формулировать гипотезу исследования</i>, исходя из культурной нормы и соотносясь с представлениями об общем благе;</p> <p>П_{8.11.2} оценивать ресурсы, в том числе и нематериальные (такие, как время), необходимые для</p>	<p>составление планов, сводных таблиц, граф-схем, тезирование, комментирование Кейс-метод</p> <p>Межпредметные интегративные погружения</p> <p>Метод ментальных карт</p> <p>Смешанное обучение, в том числе смена рабочих зон</p> <p>Групповые и индивидуальные проекты</p> <p>Учебно-исследовательская деятельность</p> <p>Учебно-познавательные и учебно-практические задачи</p> <p>«Самостоятельное приобретение, перенос и интеграция знаний», «ИКТ-компетентность», Учебные задания, выполнение которых требует применения</p>

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
	<p>достижения поставленной цели;</p> <p><i>П8.11.3</i> планировать работу;</p> <p><i>П8.11.4</i> осуществлять отбор и интерпретацию необходимой информации;</p> <p><i>П8.11.5</i> самостоятельно и совместно с другими авторами разрабатывать систему параметров и критериев оценки эффективности и продуктивности реализации проекта или исследования на каждом этапе реализации и по завершении работы;</p> <p><i>П8.11.6</i> структурировать и аргументировать результаты исследования на основе собранных данных;</p> <p><i>П8.11.7</i> использовать элементы математического моделирования при решении исследовательских задач;</p> <p><i>П8.11.8</i> использовать элементы математического анализа для интерпретации результатов, полученных в ходе учебно-исследовательской работы</p> <p><i>П8.11.9</i> осуществлять презентацию результатов;</p> <p><i>П8.11.10</i> адекватно оценивать риски реализации проекта и проведения исследования и предусматривать пути минимизации этих рисков;</p> <p><i>П8.11.11</i> адекватно оценивать последствия реализации своего проекта (изменения, которые он повлечет в жизни других людей, сообществ);</p> <p><i>П8.11.12</i> адекватно оценивать дальнейшее развитие своего проекта или исследования, видеть возможные варианты применения результатов</p> <p><i>П8.11.13</i> восстанавливать контексты и пути развития того или иного вида научной деятельности, определяя место своего исследования или проекта в общем культурном пространстве;</p> <p><i>П8.11.14</i> отслеживать и принимать во внимание тренды и тенденции развития различных видов</p>	<p>логических универсальных действий</p> <p>Постановка и решение учебных задач, в том числе технология «перевернутый класс»</p> <p>Постановка и решение учебных задач, включающая представление новых понятий и способов действий в виде модели</p> <p>Поэтапное формирование умственных действий</p> <p>Технология формирующего оценивания</p>

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
	<p><i>деятельности, в том числе научных, учитывать их при постановке собственных целей;</i></p> <p><i>П_{8.11.15} находить различные источники материальных и нематериальных ресурсов, предоставляющих средства для проведения исследований и реализации проектов в различных областях деятельности человека;</i></p> <p><i>П_{8.11.16} вступать в коммуникацию с держателями различных типов ресурсов, точно и объективно презентуя свой проект или возможные результаты исследования, с целью обеспечения продуктивного взаимовыгодного сотрудничества</i></p>	
<p>П₉ Работа с информацией</p>	<p>П_{9.1} Осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задач</p> <p>П_{9.2} Критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках</p> <p>П_{9.3} Выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия</p> <p>П_{9.4} Осуществлять самостоятельную информационно-познавательную деятельность</p> <p>П_{9.5} Владеть навыками получения необходимой информации из словарей разных типов</p> <p>П_{9.6} Уметь ориентироваться в различных источниках информации</p>	
<p>П₁₀ Моделирование</p>	<p>П_{10.1} Использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках</p>	

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
<i>П₁₁</i> ИКТ-компетентность	<i>П₁₁</i> Использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности	
Коммуникативные универсальные учебные действия		
<i>К₁₂</i> Сотрудничество	<p><i>К_{12.1}</i> Осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий</p> <p><i>К_{12.2}</i> Учитывать позиции других участников деятельности</p> <p><i>К_{12.3}</i> Находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого</p> <p><i>К_{12.4}</i> Спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития</p> <p><i>К_{12.5}</i> При осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.)</p> <p><i>К_{12.6}</i> Координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия</p> <p><i>К_{12.7}</i> Распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений</p>	<p>Дебаты</p> <p>Дискуссия</p> <p>Групповые и индивидуальные проекты</p> <p>Кейс-метод</p> <p>Постановка и решение учебных задач, в том числе технология «перевернутый класс»</p> <p>Смена рабочих зон</p> <p>Учебно-исследовательская деятельность</p> <p>Учебно-познавательные и учебно-практические задачи</p> <p>«Коммуникация», «Сотрудничество»</p>

Универсальные учебные действия	Метапредметные планируемые результаты	Типовые задачи по формированию УУД (метапредметные технологии)
	<i>K_{12.8}</i> Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности	
<i>K₁₃</i> Коммуникация	<i>K_{13.1}</i> Развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств	

1.3. Предметные планируемые результаты

Предметные планируемые результаты по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

В соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования¹ предметные результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» отражают:

- 1) освоение учащимися знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
- 2) воспитание у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;
- 3) развитие у учеников черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма, ведения здорового образа жизни;
- 4) обучение учащихся умению оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, правильно действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В основной образовательной программе среднего общего образования МАОУ «СОШ № 73 г. Челябинска» требования к предметным результатам учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» конкретизированы с учетом Примерной основной образовательной среднего общего образования и распределены по разделам. Предметные планируемые результаты распределены по разделам и темам в соответствии с разделом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования «Основное содержание учебных предметов на уровне среднего общего образования».

¹Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (ред. от 29.06.2017) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 № 24480)

Перечень планируемых результатов изучения учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Обучающийся на базовом уровне научится:

10 класс

- Распознавать и анализировать особенности жизнедеятельности человека при автономном пребывании его в различных природных условиях.
- Применять в реальных природных условиях различные способы ориентирования на местности.
- Систематизировать знания в области безопасности дорожного движения.
- Анализировать информацию о возникновении пожаров в жилом секторе и в общественных зданиях, о причинах их возникновения и последствиях.
- Анализировать информацию о состоянии криминогенной ситуации в местах проживания и вырабатывать правила личной безопасности в повседневной жизни.
- Самостоятельно добывать информацию о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, имевших место в регионе проживания, о причинах их возникновения и их последствиях.
- Формировать систему личного безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций, если чрезвычайная ситуация застала вас дома, на улице, в школе.
- Анализировать и уяснять основные направления организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.
- Обосновывать основное предназначение и решаемые задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- Объяснять предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС.

Обучающийся на базовом уровне получит возможность научиться:

- Самостоятельно разрабатывать и осуществлять однодневный выход на природу для отработки элементов ориентирования по местности.
- Обобщать и обрабатывать статистику имевших место чрезвычайных ситуаций природного характера в регионе проживания за несколько последних лет, разрабатывать прогноз, учитывающий вероятность возникновения чрезвычайной ситуации природного характера в Республике Хакасия в текущем году.
- Разрабатывать рекомендации по профилактике и минимизации последствий чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее часто случающихся в Республике Хакасия

- Самостоятельно подбирать материал и готовить занятие по теме: «Организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций».
- Оформлять схему, отображающую структуру РСЧС, её Функциональные и территориальные подсистемы.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Обучающийся на базовом уровне научится:

10 класс

- Формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии в подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе.
- Определять основные инфекционные заболевания по их признакам и проявлениям, анализировать причины их возникновения, соблюдать меры профилактики.
- Формировать индивидуальную систему здорового образа жизни и своевременно вносить в неё необходимые коррективы с учётом реальных жизненных обстоятельств.
- Анализировать основные факторы риска, пагубно влияющие на здоровье, соблюдать меры по их профилактике.
- Формировать негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье.

11 класс

- Вырабатывать привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.
- Анализировать причины заражения инфекциями, передаваемыми половым путём (ИППП) и их возможные последствия.
- Формировать личный стиль поведения, снижающий риск раннего и случайного вступления в половую связь и способствующий профилактике заражения ИППП.
- Формировать убеждение в ключевой роли благополучной семьи в обеспечения здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства.
- Уяснить и разбираться в основах семейно-брачных отношений, принятых в Российской Федерации в настоящее время.
- Формировать умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах и неотложных состояниях.
- Последовательно выполнять приёмы при оказании первой помощи в различных неотложных состояниях.
- Формировать умения в выполнении приёмов иммобилизации поврежденных частей тела и транспортировки пострадавшего.
- Усваивать основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
- Формировать умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.
- Усваивать порядок проведения сердечно-легочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких).

Обучающийся на базовом уровне получит возможность научиться:

10 класс

— Анализировать и оценивать состояния личного здоровья в повседневной жизни, определять в какой мере оно обеспечивает эффективность жизнедеятельности и вносить определённые коррективы в образ жизни для сохранения и укрепления личного здоровья.

— Формировать умения в системе самоконтроля за своим здоровьем, умения планировать индивидуальную нагрузку на день и неделю с учётом биологических режимов и индивидуальных возможностей.

11 класс

— Самостоятельно анализировать информационные источники в области здорового образа жизни, подбирать и реализовывать рекомендации по обеспечению духовного, физического и социального благополучия.

— Самостоятельно расширять познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию).

— Прогнозировать по характерным признакам возникновение инсульта и оказывать первую помощь пострадавшему до прибытия скорой помощи.

Раздел 3. Основы военной службы.

Обучающийся на базовом уровне научится:

10 класс

— Уяснять сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

— Систематизировать основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время.

— Осваивать систему оповещения населения чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

— Классифицировать виды инженерных защитных сооружений по их назначению.

— Формировать умения в использовании защитных сооружений гражданской обороны в условиях чрезвычайных ситуаций.

— Использовать средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

— Осознанно выполнять план гражданской обороны образовательного учреждения, выполняя свои обязанности, предусмотренные в нём.

— Характеризовать современные Вооружённые Силы Российской Федерации как основу военной организации государства, пути их реорганизации и повышения боевых возможностей.

— Формировать и объяснять общие понятия о воинской обязанности граждан Российской Федерации и о её назначении.

— Классифицировать составляющие воинской обязанности и раскрывать их содержание.

— Уяснять свои права и обязанности в области воинского учёта и обязательной подготовки к военной службе.

— Усваивать существующий порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, их быт и мероприятия, проводимые в войсках по сохранению и укреплению здоровья.

11 класс

- Формировать чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов — защитников Отечества.
- Формировать духовные и физические качества, необходимые для успешного выполнения воинского долга по вооруженной защите Отечества.
- Воспитывать убеждения в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, являются основой высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.
- Формировать понимание о значении символов воинской чести Вооружённых Сил РФ и их роли в военно-патриотическом воспитании военнослужащих, выработке у них чувства достоинства, преданности своей Родине и готовности самоотверженно с оружием в руках защищать суверенитет, территориальную целостность и устойчивое развитие Российской Федерации.
- Уяснять и обосновывать положение о том, что военная служба — это особый вид федеральной государственной службы, которая требует от военнослужащего высокой профессиональной подготовки и особой ответственности за исполнение обязанностей по вооруженной защите Отечества.
- Формировать знания о предназначении суточного наряда, об обязанностях дежурного и дневального по роте.
- Уяснять цели и предназначение караульной службы в войсках.
- Понимать и обосновывать положение о том, что несение караульной службы является выполнением боевой задачи.
- Характеризовать часового как караульного, выполняющего боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста.
- Последовательно излагать основные обязанности часового и обосновывать факторы, определяющие его неприкосновенность.
- Анализировать и уяснять смысл нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе.
- Формировать умения самостоятельно подбирать информацию, способствующую воспитанию убеждений, качества привычек для успешного прохождения военной службы по призыву.
- Анализировать содержание общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации и характеризовать их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего.
- Формировать убеждение в необходимости целенаправленной индивидуальной подготовки к военной службе в области физической, психологической и интеллектуальной подготовок.
- Обосновывать значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.
- Уяснять и характеризовать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения.
- Уяснять и осознанно выполнять все мероприятия, связанные с призывом на военную службу.
- Характеризовать особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для прохождения военной службы по контракту.
- Уяснять и обоснованно излагать нормативно-правовые основы и порядок прохождения альтернативной гражданской службы.
- Уяснять порядок подачи заявления на прохождение альтернативной гражданской службы.

Обучающийся на базовом уровне получит возможность научиться:

10 класс

— Самостоятельно прорабатывать материал в различных источниках информации, в том числе в Интернете о реорганизации войск гражданской обороны в Спасательные воинские формирования постоянной готовности.

— Формировать свое мнение об этом мероприятии, обосновывать его и подкреплять примерами из опыта по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций.

11 класс

— Расширять кругозор в области развития военной организации государства в современных условиях.

— Использовать положения Военной доктрины Российской Федерации для уяснения основных задач Вооружённых Сил и других войск в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и военное время.

— Анализировать федеральные законы и другие нормативно-правовые акты, в которых определены правовые основы прохождения военной службы и характеризовать федеральную систему подготовки граждан Российской Федерации к военной службе.

— Подбирать и анализировать информацию о правах и свободах военнослужащих, проходящих военную службу по призыву в Вооружённых Силах Российской Федерации.

— Подбирать и анализировать информацию о существующих в современном мире военных угрозах и военных опасностях Российской Федерации и характеризовать основные внешние военные угрозы и основные внутренние военные угрозы Российской Федерации.

— Анализировать соответствующие источники информации и характеризовать основные пути совершенствования допризывной подготовки и военно-патриотического воспитания граждан РФ в целях развития военной организации государства.

— Формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего, в условиях повышения технической оснащённости Вооружённых Сил РФ и сокращения срока службы по призыву.

10 класс

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

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата		Текущий контроль успеваемости, средний балл	Содержание НРЭО	Содержание воспитательного потенциала темы
			План	Факт			
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 Ч)							
Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)							
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	1	01.09-07.09				1-8
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1			Опрос		

3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1			Опрос	
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1			Опрос	
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1			Опрос	
Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)						
6	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1			Опрос	1-8
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1			Опрос	
8	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1			Опрос	
9	Противодействие экстремизму.	1				
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	1			Опрос	
Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)						
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1			Опрос	1-8
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1				

13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1			Опрос		
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1					
15	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1			Опрос		
Раздел 2. Военная безопасность государства.							
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)							
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1				Ознакомление с планом действий при ЧС.	1-8
17	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1			Опрос		
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1					
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1			Опрос		
20	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	1			Опрос		
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)							
21	Вооруженные силы РФ: организационные основы	1					1-8
22	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1			Опрос		
23	Воинская обязанность и военная служба.	1					
24	Правила и обязанности военнослужащих.	1			Опрос		

25	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1			Опрос		
Раздел 3. Основы медицинских знаний здорового образа жизни.							
Глава 6. Факторы риска нарушения здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.							
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1			Опрос		1-8
27	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1					
28	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1			Опрос		
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1			Опрос		
30	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	1			Опрос		
Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях (5 ч.)							
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1					1-8
32	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	1					
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1				Распространение энцефалитного клеща в г. Челябинске. Инфекционные заболевания скота.	
34	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	1					

11 класс

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

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата		Текущий контроль успеваемости, средний балл	Содержание НРЭО	Содержание воспитательного потенциала темы
			План	Факт			
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (14 ч)							
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (4 ч)							
1	Правила личной гигиены и здоровье.	1	01.09-07.09		Опрос		1-8
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1					
3	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1			Опрос		
4	Заболевания передающиеся половым путём.	1				Статистические данные о ЗППП по г.Челябинску и Челябинской области.	
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (10 ч)							
5	Первая помощь при кровотечениях и ранениях.	1					1-8
6	Первая помощь при кровотечениях и ранениях.	1			Опрос		
7	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.	1					
8	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.	1			Опрос		

9	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	1					
10	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	1					
11	Первая помощь при травматическом шоке.	1					
12	Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.	1					
13	Первая помощь при остановке сердца.	1					
14	Первая помощь острой сердечной недостаточности и инсульте.						
ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (21 ч)							
БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (2 ч)							
15	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	1			Опрос		1-8
16	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности воинских частей и подразделений.	1					
СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ (4 ч)							
17	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	1					1-8
18	Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1				Почётные жители Челябинской Области.	
19	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1					
20	Дни воинской славы России.	1					
ОСОБЕННОСТИ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (6 ч)							
21	Правовые основы военной службы.	1					1-8
22	Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской	1					

	жизни.						
23	Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России.	1					
24	Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.	1				Организация военной службы по контракту в Челябинской области. Статистические данные о поступлении юношей на военную службу по призыву в Металлургическом районе г. Челябинска.	
25	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. (Военная форма одежды)	1					
26	Права и ответственность военнослужащих.	1			Опрос		
ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ – ЗАЩИТНИК СВОЕГО ОТЕЧЕСТВА. ЧЕСТЬ И ДОСТОИНСТВО ВОИНА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ (5 ч)							
27	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1					1-8
28	Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	1					
29	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	1					
30	Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы	1					

	командиров и начальников.						
31	Как стать офицером Российской армии. (Международная миротворческая деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации)	1				Образовательные учреждения военного профессионального образования Челябинской области.	
МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО. ЗАЩИТА ЖЕРТ ВООРУЖЕННЫХ КОНФЛИКТОВ (2 ч)							
32	Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.	1					1-8
33	Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта.	1			Опрос		
34	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.	1					