

**Частное общеобразовательное учреждение
«Гимназия им. А.Невского»**

«РАЗРАБОТАНО
И ОБСУЖДЕНО»
Заседание ПС
Протокол № 6
31 мая 2023г.

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора по УВР
Константинова И.В.
31 мая 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ЧОУ
«Гимназия им. А.Невского»
Арутюнова К.Х. / /
Приказ № 19/1
31 мая 2023г.

**Рабочая программа
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

10 класс

1 час в неделю, 34 часа в год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением коллегии Министерства просвещения России, протокол от 24.12.2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы среднего общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 г. №732) с учётом преемственности с уровнем основного общего образования, федеральной рабочей программы воспитания.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Появлению учебного предмета ОБЖ способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия. Среди них катастрофа теплохода «Александр Суворов» (05.06.1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26.04.1986 г.), химическая авария на производственном объединении «Азот» (20.03.1989 г.). Одна из главных причин этих трагедий была связана с человеческим фактором: несоблюдением элементарных требований безопасности в повседневной жизни и профессиональной деятельности, отсутствием понимания логики последовательного нарастания факторов опасности, пренебрежением основами культуры безопасности жизнедеятельности. Государство столкнулось с серьёзными вызовами, на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан личной ответственности за соблюдение норм и правил безопасности в повседневной жизни, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального и группового безопасного поведения. В связи с этим включение в образовательные программы учебного предмета ОБЖ (с 1991 г.) явилось важным и принципиальным условием достижения приемлемого уровня безопасности личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз.

В современных условиях с обострением существующих и появлением новых глобальных и региональных вызовов и угроз безопасности России (резкий рост военной напряжённости на приграничных территориях; продолжающееся распространение идей экстремизма и терроризма; существенное ухудшение медико-биологических условий жизнедеятельности; нарушение экологического равновесия и др.) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека. В данных обстоятельствах огромное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на воспитание личности безопасного типа, формирование гражданской идентичности, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни.

Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения образовательного процесса по учебному предмету ОБЖ определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегией национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Национальными целями развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474), Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБЖ является открытой обучающей системой, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, которая имеет междисциплинарный характер, основываясь на изучении проблем безопасности в

общественных, гуманитарных, технических и естественных науках. Это позволяет формировать целостное видение всего комплекса проблем безопасности (от индивидуальных до глобальных), что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для выпускников построение адекватной модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования.

Изучение ОБЖ направлено на достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у выпускников умений распознавать угрозы, снижать риски развития опасных ситуаций, избегать их, самостоятельно принимать обоснованные решения в экстремальных условиях, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций. Такой подход содействует воспитанию личности безопасного типа, закреплению навыков, позволяющих обеспечивать благополучие человека, созданию условий устойчивого развития общества и государства.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Целью изучения учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;

сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Всего на изучение учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования отводится 68 часов в 10–11 классах. (по 34 часа в каждом классе).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным и предметным), которые должны демонстрировать выпускники по завершении обучения в средней школе.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в российском обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться, прежде всего, в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, в готовности к осмысленному применению принципов и правил безопасного поведения в повседневной жизни, соблюдению правил экологического поведения, защите Отечества, бережном отношении к окружающим людям, культурному наследию и уважительном отношении к традициям многонационального народа Российской Федерации и к жизни в целом.

Гражданское воспитание:

- сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;
- уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;
- сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;
- готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;
- готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства.

Патриотическое воспитание:

- сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;
- ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;
- сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.

Духовно-нравственное воспитание:

- осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;
- сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;
- ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

Эстетическое воспитание:

- эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;
- понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

Физическое воспитание:

- осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;
- потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;
- осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

- готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

- готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;
- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

Экологическое воспитание:

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;
- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;
- расширение представлений о деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;
- способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избежать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

Овладение универсальными познавательными действиями

Базовые логические действия:

- самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;
- устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

- определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;
- моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;
- планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;
- развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

Базовые исследовательские действия:

- владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;
- владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;
- анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;
- раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;
- критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;
- характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;
- использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

Работа с информацией:

- владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;
- создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;
- оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;
- владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

Овладение универсальными коммуникативными действиями

Общение:

- осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;
- распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;
- владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;
- аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;
- ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);
- оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

Овладение универсальными регулятивными действиями

Самоорганизация:

- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;
- делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;
- оценивать приобретённый опыт;
- расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень.

Самоконтроль:

- оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;
- использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения.

Принятие себя и других:

- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и способности построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны обеспечивать:

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте; знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике; знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
- знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;
- владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;
- знания основ безопасного, конструктивного общения; умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;

- знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
- знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;
- сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;
- сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание действия при сигналах гражданской обороны;
- знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»

Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства.

Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза).

Соотношение понятий «опасная ситуация», «экстремальная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды.

Общие принципы (правила) безопасного поведения.

Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности.

Понятия «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение».

Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие.

Действия, позволяющие предвидеть опасность.

Действия, позволяющие избежать опасности.

Действия в экстремальной и опасной ситуации.

Риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности.

Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Модуль № 2 «Безопасность в быту»

Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения.

Защита прав потребителя. Правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете.

Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях.

Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и др.). Первая помощь при ушибах, переломах, кровотечениях.

Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации.

Основные правила пожарной безопасности в быту.

Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах.

Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд; лифт; мусоропровод; придомовая территория; детская площадка; площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений.

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними. Действия в экстренных случаях.

Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»

История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте.

Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности).

Взаимосвязь безопасности водителя и пассажира. Правила безопасного поведения при поездке в легковом автомобиле, автобусе. Ответственность водителя. Ответственность пассажира.

Представления о знаниях и навыках, необходимых водителю.

Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников).

Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»

Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения.

Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек).

Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Особенности поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу.

Правила безопасного поведения при проявлении агрессии.

Криминальные ситуации в общественных местах. Правила безопасного поведения. Порядок действия при попадании в опасную ситуацию.

Порядок действий в случаях, когда потерялся человек (ребёнок; взрослый; пожилой человек; человек с ментальными расстройствами). Порядок действий в ситуации, если вы обнаружили потерявшегося человека.

Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).

Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций.

Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта.

Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»

Отдых на природе. Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах.

Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе.

Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS).

Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде.

Источники опасности в автономных условиях. Сооружение убежища; получение воды и питания; способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении и отморожении.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи).

Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды.

Чрезвычайные ситуации геологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций геологического характера.

Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций гидрологического характера.

Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций метеорологического характера.

Влияние деятельности человека на природную среду. Причины и источники загрязнения Мирового океана, рек, почвы, космоса. Чрезвычайные ситуации экологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Экологическая грамотность и разумное природопользование.

Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»

Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика».

Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека.

Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие.

Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества.

Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний.

Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт; сердечный приступ; острая боль в животе; эпилепсия и др.).

Психическое здоровье и психологическое благополучие.

Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие.

Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учебы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенесшим психотравмирующую ситуацию).

Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья.

Первая помощь. История возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи.

Состояния, при которых оказывается первая помощь. Мероприятия первой помощи. Алгоритм первой помощи. Оказание первой помощи в сложных случаях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно).

Действия при прибытии скорой медицинской помощи.

Модуль № 7 «Безопасность в социуме»

Определение понятия «общение». Особенности общения людей. Принципы и показатели эффективного общения.

Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа».

Межличностное общение, общение в группе, межгрупповое общение (взаимодействие). Особенности общения в группе. Психологические характеристики группы и особенности взаимодействия в группе.

Групповые нормы и ценности. Коллектив как социальная группа. Психологические закономерности в группе.

Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе.

Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта.

Опасные проявления конфликтов. Конфликт, буллинг, насилие. Понятие «виктимность». Способы противодействия буллингу и проявлению насилия.

Способы психологического воздействия.

Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма.

Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации.

Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию.

Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приемы. Манипуляция и мошенничество.

Деструктивные псевдопсихологические технологии.

Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; внушение; подражание).

Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»

Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные.

«Цифровая зависимость», её признаки и последствия.

Опасности и риски цифровой среды, их источники.

Понятие прав человека в цифровой среде, их защита.

Правила безопасного поведения в цифровой среде.

Вредоносное программное обеспечение. Виды вредоносного программного обеспечения, его цели, принципы работы. Правила защиты от вредоносного программного обеспечения.

Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, фишинг, правила защиты от мошенников.

Правила безопасного использования устройств и программ.

Поведенческие риски в цифровой среде и их причины.

Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры.

Травля в Сети, методы защиты от травли.

Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества.

Правила коммуникации в цифровой среде.

Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность.

«Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда.

Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы.

Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков.

Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений.

Ответственность за действия в сети Интернет. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве.

Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»

Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия.

Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность.

Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции.

Противодействие экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Цели, задачи, принципы.

Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»

Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

Современная армия. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии.

Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны.

Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Правовая основа обеспечения национальной безопасности.

Принципы обеспечения национальной безопасности.

Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации.

Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов.

Тематическое планирование

№	Название раздела, темы	Количество часов
Раздел 1.	Основы безопасности личности, общества, государства	14
Глава 1	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	5
Глава 2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	5

Глава 3	Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях	4
Раздел 2.	Военная безопасность государства	10
Глава 4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	5
Глава 5	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	5
Раздел 3.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	9
Глава 6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	4
Глава 7	Оказание первой помощи при неотложных состояниях. Контроль знаний.	7
Итого:		35
По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов		

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Раздел / Тема урока	Кол-во часов	Содержание	Дата	
				По плану	По факту
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства. (14 ч.)					
Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. (5ч.)					
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1	<p>Вопросы для обсуждения:</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: <i>безопасность; жизненно важные интересы; национальные интересы; национальная безопасность; основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства; основы безопасности жизнедеятельности; культура безопасности жизнедеятельности.</i></p>		
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1	<p>Вопросы для обсуждения:</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; 		

			<ul style="list-style-type: none"> • стратегия и тактика управления безопасностью жизнедеятельности. <p>Ключевые понятия темы: наука о безопасности жизнедеятельности; жизнедеятельность человека; концепция приемлемого (допустимого) риска; стратегия безопасности жизнедеятельности (стратегия управления безопасностью жизнедеятельности); системный подход; средовой подход.</p>		
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	<p>Вопросы для обсуждения:</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>Ключевые понятия темы: экология; урбанизация; экологическая ниша; экологическая напряженность; экологическая безопасность</p>		
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • медико-биологические основы здоровья человека; • адаптация организма к среде обитания; • общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. <p>Ключевые понятия темы: человек; индивид; здоровье; здоровье человека; адаптация; потенциал здоровья человека</p>		
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • психические процессы и состояния человека; • антропогенные опасности, особые психические состояния; • экология психики личности, методы повышения безопасности. <p>Ключевые понятия темы: психология; психические процессы; психическое состояние человека; экология психики; стресс; адаптивность</p>		
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства. (5 ч.)					
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Ключевые понятия темы: Конституция Российской Федерации; гражданская ответственность; федеральные законы по безопасности; организационно-правовые нормы.</p>		
7	Защита национальной безопасности государства от военных	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • военные угрозы национальной безопасности России, характер современных 		

	угроз		<p>воин и вооруженных конфликтов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стратегия национальной безопасности России; цели, задачи, значение документа; Военная доктрина Российской Федерации; • национальная оборона Российской Федерации: цели, задачи, силы, средства, стратегия. <p>Ключевые понятия темы: <i>военная угроза; угроза национальной безопасности; Стратегия национальной безопасности Российской Федерации; национальная оборона; средства невоенного реагирования; Стратегия сдерживания военной силы.</i></p>		
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Ключевые понятия темы: <i>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</i></p>		
9	Противодействие экстремизму Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • федеральные законы Российской Федерации по защите от экстремизма; • основные принципы и направления противодействия экстремизму; • Уголовный кодекс Российской Федерации: экстремистская деятельность и наказание. <p>Ключевые понятия темы: <i>экстремизм; пропаганда экстремизма; экстремист; основные принципы противодействия экстремизму</i></p>		
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях. (4ч.)					
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): задачи, структура, организация работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций; • Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, 		

			<p>чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России): задачи, структура;</p> <ul style="list-style-type: none"> • организация гражданской обороны на объектах экономики. <p>Ключевые понятия темы: <i>виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС; МЧС России; режимы функционирования РСЧС; гражданская оборона.</i></p>		
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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!». <p>Ключевые понятия темы: <i>гражданская оборона; мониторинг чрезвычайной ситуации; прогнозирование чрезвычайной ситуации; оповещение; эвакуация; инженерная защита</i></p>		
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • опасные природные явления, стихийные бедствия и их последствия; • катастрофа, чрезвычайные ситуации природного характера: виды и особенности; • правила поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера. <p>Ключевые понятия темы: <i>чрезвычайные ситуации природного характера; опасные природные явления; стихийные бедствия: геологические, метеорологические, гидрологические, климатогеографические сезонные</i></p>		
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их последствия; • общие правила действий населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера на взрывоопасном объекте; • химическая опасность и химическая безопасность. <p>Ключевые понятия темы: <i>техногенная насыщенность; чрезвычайная ситуация техногенного характера; взрыв; взрывоопасный объект; химическая опасность; химически опасный объект; химическая безопасность</i></p>		
14	Урок контроля и обобщения	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • риски чрезвычайных техногенных опасностей; 		

			<ul style="list-style-type: none"> • обязательное и добровольное страхование жизни и здоровья; • инженерные сооружения и инструменты управления безопасностью. <p>Ключевые понятия темы: <i>страхование; страховой случай; инженерное сооружение; гидротехническое сооружение; гидродинамическая авария; автомобильный транспорт; железнодорожный транспорт; водный транспорт; авиационный транспорт</i></p>		
Раздел 2. Военная безопасность государства. (10 ч.)					
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность. (5ч.)					
15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	1	<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: <i>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</i></p>		
15	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1	<p>Вопросы для обсуждения: • радиационная безопасность населения и территорий; радиационная опасность, экспозиционная доза облучения и уровень радиации; • общие рекомендации при угрозе радиационного заражения.</p> <p>Ключевые понятия темы: <i>радиационная опасность; ионизирующее излучение; экспозиционная доза облучения; уровень радиации; радиационная безопасность; меры обеспечения безопасности</i></p>		
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • убежища и укрытия — средства коллективной защиты населения; • защитные свойства и характерные особенности убежищ, укрытий; • особенности противорадиационного укрытия. <p>Ключевые понятия темы: <i>инженерные сооружения гражданской обороны; убежище; противорадиационное укрытие; простейшее укрытие</i></p>		
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеристика биологических (биолого-социальных) чрезвычайных ситуаций; • источники биолого-социальной и экологической опасности; 		

			<ul style="list-style-type: none"> • экологический кризис, экологическая безопасность. <p>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</p>		
19	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • защита органов дыхания и кожных покровов; • защитные свойства и характеристики противогазов; • специальные и простейшие средства индивидуальной защиты. <p>Ключевые понятия темы: средства индивидуальной защиты органов дыхания; противогаз фильтрующий, изолирующий; медицинские средства защиты кожи; респиратор; ватно-марлевая повязка; средства индивидуальной защиты кожи</p>		
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. (5ч.)					
20	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; • геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия развития и обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил нашего государства; • структура Вооруженных Сил Российской Федерации. <p>Ключевые понятия темы: Вооруженные Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооруженными Силами Российской Федерации; Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение; воинская часть</p>		
21	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации; • виды Вооруженных Сил: краткая характеристика и назначение; • рода войск: краткая характеристика и назначение. <p>Ключевые понятия темы: состав Вооруженных Сил Российской Федерации; Сухопутные войска; Воздушнокосмические силы; ВоенноМорской Флот; Ракетные войска стратегического назначения; Воздушно-десантные войска; Тыл Вооруженных Сил</p>		
22	Воинская обязанность и военная служба	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • законодательные основы военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации; 		

			<ul style="list-style-type: none"> • воинская обязанность: краткая характеристика и назначение; • военная служба и допризывная подготовка. <p>Ключевые понятия темы: <i>воинская обязанность; мобилизация; военное положение; военная служба; Военная присяга; обязательная подготовка; добровольная подготовка</i></p>		
23	Права и обязанности военнослужащих	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • законодательные основы социальной защиты военнослужащих; • права и обязанности военнослужащих; • виды поощрений и дисциплинарных взысканий, применяемых к военнослужащим. <p>Ключевые понятия темы: <i>социальный статус; права военнослужащих; обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные; воинская дисциплина; единоначалие; верность воинскому долгу</i></p>		
24	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • боевые традиции Российской армии; • ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. <p>Ключевые понятия темы: <i>боевые традиции; воинские ритуалы; патриотизм; воинский долг; воинская честь; Военная присяга; Боевое знамя воинской части; воинский коллектив; войсковое товарищество</i></p>		
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (9 ч.)					
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. (5ч.)					
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подходы к пониманию сущности здоровья; • медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; • социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания. <p>Ключевые понятия темы: <i>медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное здоровье человека; сфера здравоохранения; санитарное просвещение</i></p>		
26	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • что такое здоровый образ жизни; • факторы, влияющие на здоровье; • основные составляющие здорового образа жизни человека. <p>Ключевые понятия темы: <i>образ жизни; здоровый образ жизни; культура здоровья; факторы риска; основные составляющие здорового образа жизни</i></p>		
27	Инфекционные заболевания: их	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p>		

	особенности и меры профилактики		<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. <p>Ключевые понятия темы: эпидемия; пандемия; инфекционные заболевания; классификация инфекционных заболеваний; иммунитет; вакцинация; факторы риска; обсервация; карантин; дезинфекция</p>		
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • факторы риска основных неинфекционных заболеваний; • факторы риска сердечно - сосудистых заболеваний; • меры профилактики сердечнососудистых заболеваний. <p>Ключевые понятия темы: основные неинфекционные заболевания; сердечно-сосудистые заболевания; атеросклероз; артериальная гипертензия</p>		
29	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • факторы риска заболеваний, передающихся половым путем; • культура полового поведения юноши и девушки; • симптомы, последствия и меры профилактики заболеваний, передающихся половым путем. <p>Ключевые понятия темы: половое воспитание; целомудрие; заболевания, передающиеся половым путем; профилактика заболеваний, передающихся половым путем</p>		
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. (4 ч.)					
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Ключевые понятия темы: неотложное состояние; первая помощь; фактор времени; травма; перечень состояний, при которых оказывают первую помощь; перечень мероприятий по оказанию первой помощи</p>		
31	Правила оказания первой помощи при травмах	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • понятие об асептике, антисептике, антибиотиках; • порядок и правила оказания первой помощи при травмах; • способы снижения остроты боли и противошоковые мероприятия. <p>Ключевые понятия темы: асептика; антисептика; антибиотики; общие</p>		

			<i>правила оказания первой помощи при травмах; иммобилизация; шинирование</i>		
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • виды кровотечений, их особенности; • особенности паренхиматозных кровотечений; • способы оказания первой помощи при кровотечениях. <p>Ключевые понятия темы:<i>кровотечение: артериальное, венозное, капиллярное</i></p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • признаки ушиба, растяжения связок, вывиха, перелома; • первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах; <p>Ключевые понятия темы:<i>ушиб; растяжение связок; вывих; перелом; иммобилизация</i></p>		
33	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация	1	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • признаки жизни и смерти; • правила проведения сердечно-легочной реанимации. <p>Ключевые понятия темы:<i>сердечно-легочная реанимация; признаки жизни; признаки смерти; искусственное дыхание способом «рот в рот»; надавливание на грудную клетку</i></p>		
34	Обобщение. Контроль знаний.				