

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №8»

Рассмотрена и согласована  
методическим объединением  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2013 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«СОШ №8»

\_\_\_\_\_ В.В. Мыльцев

Приказ № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2013 г.

Принята на методическом  
(педагогическом) совете  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2013 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ОБЖ

для 5,6,8,10,11 классов

или название курса основного общего образования  
(начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования)

базовый уровень

(уровень: базовый, профильный, общеобразовательный, специального коррекционного обучения)

Учитель Зудов А. Е.

Квалификационная категория высшая

Ефремов  
2013

## Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу ОБЖ в МБОУ «Сош №8» составлена в соответствии с Государственным стандартом общего образования, включающего в себя три компонента (приказ Министерства образования Российской Федерации № 1089 от 05.03.2004 г.).

1. Федеральный компонент – устанавливается Российской Федерацией.
2. Региональный компонент (национально-региональный) – устанавливается субъектом Российской Федерации (№ 1089 от 06.12.2004 г.).
3. Компонент образовательного учреждения – устанавливается образовательным учреждением.

При составлении рабочей программы учитывались Федеральный и Региональный базисные учебные планы по курсу ОБЖ, в соответствии с которыми, на изучение курса ОБЖ в 5 – 9 классах отводится по 34 часа в год (1 час в неделю), и в 10 - 11 классах по 34 часа в год (1 час в неделю). Кроме того, для учащихся 10-х классов отводится 40 часов в год для проведения сборов на базе воинской части.

Рабочая программа является типовой, определяющей базовое содержание курса( федеральный компонент общеобразовательных программ)и предназначена для общеобразовательного учреждения.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Основными целями изучения курса ОБЖ в МБОУ Сош № 8 являются:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать ПМП пострадавшим.

На современном этапе концепция образования по курсу ОБЖ состоит из четырех ступеней обучения, содержащих несколько уровней подготовки и получения знаний:

- I ступень (уровень 0) - семья, детские дошкольные учреждения;
- II ступень (уровни 1 – 1-4-й классы; 2 – 5-9-й классы; 3 – 10-11-й классы) – средняя общеобразовательная школа;
- III ступень (уровни 4,5,6,7) – профессиональные учебные заведения;
- IV ступень (уровни 8,9,10) – ВУЗы.

Настоящая рабочая программа посвящена обучению детей по курсу ОБЖ на 2-ом и 3-ем уровнях, т.е. в 5-11-х классах.

Второй уровень обучения ОБЖ реализуется в 5 – 9-ых классах основного общего образования. Он начинается с изучения источников и видов опасностей, а завершается определением роли личности в обеспечении безопасности в условиях деятельности и отдыха человека. Второй уровень обучения включает следующие темы (изучаемые вопросы) обязательного минимума содержания курса ОБЖ (5-9 кл.):

- описание источников опасности и их видов;

- основные понятия и терминология в области БЖД, классификация опасностей;
- естественные опасности, связанные с изменением климата, освещенности; защита от них;
- стихийные явления (землетрясения, извержения вулканов, бури, ураганы, смерчи, туманы, град, наводнения, обвалы, оползни, сели и т.п.) и защита от них;
- техногенные опасности, связанные с реализацией учебного процесса в школе, работой современного производства транспорта, источников получения энергии, др. отраслей экономики, защита от техногенных ЧС; использование СИЗ и СКЗ;
- безопасность в условиях вынужденной автономии, ориентирования, способы выживания, добывание огня, пищи и воды, правильное их использование;
- опасности, возникающие в криминальных ситуациях и правила безопасного поведения в таких ситуациях;
- ИМП и способы ее оказания пострадавшим;
- опасные профессии, роль личности в обеспечении безопасности жизнедеятельности в повседневной обстановке.

Третий уровень обучения ОБЖ (10-11 кл.) является завершающим для лиц, получающих среднее (полное) общее образования. Основными темами обязательного минимума содержания курса ОБЖ на этом уровне являются:

- проблемы безопасности в системе «человек - среда обитания», идентификация опасностей, определения размеров и показателей опасных зон;
- последствие воздействия на человека и среду обитания различных опасностей, в том числе террористических актов, и защита от этих опасностей;
- формирование осознанной потребности ведения ЗОЖ, усвоение основных положений Российского законодательства о семье и необходимости сохранения репродуктивного здоровья; основные знания и навыки по сохранению своего здоровья, профилактика инфекционных заболеваний и ЗППП;
- оказание первой медицинской помощи при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях;
- овладение навыками ЭРП, ИВЛ;
- ознакомление с основными направлениями деятельности государственных организаций по защите населения и территорий от ЧС, Единой государственной системой предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), гражданской обороной и ее задачами;
- изучение современных средств поражения, масштабов разрушений, их поражающие факторы и способов защиты от них;
- основные руководящие документы в области обороны и службы в РА;
- обязанности при прохождении военной службы по призыву и контракту, альтернативная служба;
- предназначение и структура ВС РФ, их история создания;
- обязательная и добровольная подготовка к военной службе;
- постановка на воинский учет, сроки воинской службы, статус военнослужащего (Закон о статусе военнослужащего);
- начальная военная подготовка в школе и на базе воинской части.

Рабочая программа включает следующие разделы: пояснительную записку, учебно – тематический план, содержание тем учебного курса, требования к уровню подготовки учащихся, перечень учебно – методического обеспечения, список литературы, приложения к программе.

В основу содержания программы положена идея полицентризма опасных и вредных факторов, а также идея предметной интеграции. Элементы содержания других общеобразовательных областей, одновременно являющиеся фрагментами образовательной области ОБЖ и подлежащие чёткой взаимосвязи с интегрирующим курсом, рассматриваются: в естествознании, обществознании, технологии, физической культуре, математике и информатике и др. предметная интеграция в программе способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте и предмете, усилению

развивающей и культурной составляющей курса, а также рациональному использованию учебного времени.

С учётом познавательных возможностей школьников программа обучения по курсу строится на основе спирального развёртывания системы знаний о безопасности человека, что позволяет на каждом этапе обучения формировать целостную картину опасностей окружающего мира, обеспечивать развитие знаний, умений и навыков в этой области, постепенно углублять мировоззренческий и практический уровни содержания школьного курса.

Достигается это за счёт увеличения от этапа к этапу обучения числа выявленных связей и отношений, использования различных глубин проникновения в сущность явлений и характера познавательной деятельности учащихся.

**Программное и учебно- методическое оснащение учебного плана по «Основам безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов.**

Класс	Количество часов в неделю согласно учебному плану школы			Реквизиты программы	УМК обучающихся	УМК учителя
	Федеральный компонент	Региональный компонент	Школьный компонент			
5	1	1	1	Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» для 1-11 классов под редакцией А. Т. Смирнова, «Просвещение» 2007 год.	Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 5 класс под редакцией Ю. Л. Воробьева Астрель 2014	Электронная библиотека , состоящая из ресурсов интернета и самостоятельно созданных.
6	1	1	0,5			
8	1	1	1			
10	1	1	1			
11						
					Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс под редакцией Ю. Л. Воробьева Астрель 2013	
					Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности»	

					ности» 8 класс под редакцией Ю. Л. Воробьева Астрель	
					2013	
					Учебник «Основы безопасности жизнедеятель ности» 10 класс под редакцией Ю. Л. Воробьева Астрель	
					2012	
					Учебник «Основы безопасности жизнедеятель ности» 11 класс под редакцией Ю. Л. Воробьева Астрель	
					2011	

### **Требования к уровню подготовки учащихся по курсу ОБЖ.**

Требования разработаны на основании Госстандарта по ОБЖ в соответствии с обязательным минимумом и служат основой для разработки и осуществления контроля качества образования по ОБЖ для государственной аттестации выпускников образовательных учреждений.

#### **Выпускник должен:**

##### **Знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

##### **Уметь:**

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

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

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

## Содержание программ:

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЖ (5 КЛАСС)

#### Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

##### 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенность временных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации которые могут возникнуть в жилище, и меры по их ликвидации

Природные и антропогенные факторы, формирующие микро климат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его прел значения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (со взрослыми сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в де. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

##### 2. Опасные ситуации техногенного характера

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель.

Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

##### 3. Опасные ситуации природного характера

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

##### 4. Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

#### Раздел II. Чрезвычайные ситуации

##### 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на опасных объектах, аварии на пожаровзрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникн\* чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиях в загрязненной местности.

### **Раздел III. Основы здорового образа жизни**

#### **6. Возрастные особенности развития человека и здорового образа жизни.**

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим умение рационально распределять свое время как основные укрепляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры совершенствования физических и духовных качеств человека. | систематические занятия физической культурой.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в укреплении здоровья. Необходимые организму вещества углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, гигиена питания.

Потенциальные возможности человека, значение образа и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их губительное влияние на развитие способностей человека и его здоровье

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного организма курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни профилактика вредных привычек».

*Обсуждаемые вопросы:*

1. Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности

2. Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?

3. Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать нет когда предлагают сигарету или спиртное.

### **Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

#### **7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания**

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (6 КЛАСС)**

### **Раздел I. Безопасность человека в природных условиях**

#### **1. Подготовка к активному отдыху на природе**

Природа и человек. Общение с живой природой — естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре

Определение необходимого снаряжения для похода.

#### **2. Активный отдых на природе и безопасность**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов. Движение по склонам. Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

#### **3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности**



Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видом транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

#### **4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

#### **5. Опасные ситуации в природных условиях.**

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

### **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

**7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие**  
Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЖ (8 КЛАСС)**

### **Раздел I. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

#### **1. Пожарная безопасность**

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

#### **2. Безопасность на дорогах**

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

#### **3. Безопасность на водоемах**

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

#### **4. Экология и безопасность**

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

### **Раздел II. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения**

#### **5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия**

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения.

Потенциально опасные объекты экономики. Аварии на радиационно опасных, химически опасных и пожаровзрывоопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидротехнических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

#### **6. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.**

Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных и химически опасных объектах.

## Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### 7. Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья чела общества. Здоровый образ жизни и безопасность — основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и имущества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природы среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика

#### 1. 8. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах и утоплении. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (10 КЛАСС)

### Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

#### 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

*1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода*

*Практические занятия.* Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

*1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера*

*Практические занятия.* Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале, и др.

*1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних*

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

*1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера*

*Практические занятия.* Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

*1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи*

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

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

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

#### 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

*2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определение задачи гражданской обороны*

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

Организация управления гражданской обороной. Система управления и органы управления гражданской обороной.

*2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения*

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

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

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

*2.3. Оповещение и информирование населения об опасных ситуациях возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.*

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

*2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.*

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

*2.5. Средства индивидуальной защиты*

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

*Практические занятия.* Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

*2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций*

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

*2. 7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.*

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

*3.1. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности*

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое.

Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

*3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика*

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний

. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

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

### **4. Основы здорового образа жизни**

*4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие*

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

*4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека*

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

*4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека*

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

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

*4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек*

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

### Раздел III. Основы военной службы

#### 5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества

##### 5.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

Организация вооруженных сил Московского государства XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., созданная массовая армия.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

##### 5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Вид Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, войска, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

##### 5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил, ее этапы и их основное содержание.

##### 5.4. Другие войска, их состав и предназначение

Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

#### 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России

##### 6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества

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

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

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

##### 6.2. Памяти поколений — дни воинской славы России

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

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

##### 6.3. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений

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

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

#### 7. Символы воинской чести

##### 7.1. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы

Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

##### 7.2. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

##### 7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

#### 8. Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)

##### 8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

##### 8.2. Размещение и быт военнослужащих

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

#### *8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда*

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

#### *8.4. Организация караульной службы, обязанности час*

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

#### *8.5. Строевая подготовка*

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия, в строю на месте и в движении.

#### *8.6. Огневая подготовка*

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

#### *8.7. Тактическая подготовка*

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые в передвижении в бою, и порядок их выполнения. Выбор места стрельбы, самоокапывания и маскировки.

#### *8.8. Физическая подготовка*

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (11 КЛАСС)

### **Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **1. Основы здорового образа жизни**

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

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

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

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказываю, влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

##### *1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.*

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

##### *1.4. СПИД и его профилактика*

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражен СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

##### *1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья*

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

#### **2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

##### *2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)*

Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

##### *2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)*

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

##### *2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)*

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

##### *2.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца*

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

### **Раздел II. Основы военной службы**

#### **3. Воинская обязанность**

##### *3.1. Основные понятия о воинской обязанности*

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

### *3.2. Организация воинского учета и его предназначение*

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.

Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

### *3.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе*

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

### *3.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе*

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

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

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

### *3.5. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учёт.*

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

### *3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запас.*

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

## **4. Особенности военной службы**

### *4.1. Правовые основы военной службы*

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

### *4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни.*

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

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.

### *4.3. Военная присяга — клятва воина на верность Родины России*

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

### *4.4. Прохождение военной службы по призыву*

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу организация призыва. Порядок освобождения граждан от воинской службы и предоставления отсрочек.

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

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

Военная форма одежды.

### *4.5. Прохождение военной службы по контракту*

Основные условия прохождения военной службы по контракту.

Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

### *4.6. Права и ответственность военнослужащих*

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих

(дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная ответственность).

Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные

взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части)

### *4.7. Альтернативная гражданская служба*

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

## **5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил**

*Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.*

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

*5.2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой*  
Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения.

Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

*5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина*

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и войск.

Общие требования воинской деятельности к военнослужащим. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и «этическим» качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (боевого расчета).

*5.4. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдать Конституцию и законы Российской Федерации, выполнять требования воинских уставов, приказы командиров и начальников»*

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

*5.5. Как стать офицером Российской армии*

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

*5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.*

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России.

Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## Учебно-тематический план.

### Основные разделы (модули) тематического плана для 5 класса.

№ п/п	Тема	Кол. час.	В том числе
			Контрольных работ
Раздел 1.	Безопасность и защита человека в ЧС	24 ч.	4
Раздел 2.	Гражданская оборона и ее предназначение	3 ч.	
Раздел 3.	Основы ЗОЖ, медицинских знаний и 1МП	7 ч.	
	Итого:	34 ч.	

### Основные разделы (модули) тематического плана для 6 класса.

№ п/п	Тема	Кол. час.	В том числе
			Контрольных работ
Раздел 1.	Безопасность и защита человека в экстремальных природных условиях	17 ч.	1
Раздел 2.	Гражданская оборона	2 ч.	
Раздел 3.	Основы медицинских знаний и 1МП	11 ч.	
Раздел 4.	Основы ЗОЖ	3 ч.	
	Итого:	17 ч.	

### Основные разделы (модули) тематического плана для 8 класса.

№ п/п	Тема	Кол. час.	В том числе
			Контрольных работ
Раздел 1.	ЧС техногенного характера. Безопасность и защита человека	24 ч.	4
Раздел 2.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	4 ч.	
Раздел 3.	Основы медицинских знаний и ЗОЖ	6 ч.	
	Итого:	34 ч.	

### Основные разделы (модули) тематического плана для 10 класса.

№ п/п	Тема	Кол. час.	В том числе
			Практических занятий
Раздел 1.	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	19 ч.	40
Раздел 2.	Основы медицинских знаний и ЗОЖ	10 ч.	
Раздел 3.	Основы военной службы	5 ч.	
Раздел 4.	Начальная военная подготовка в школе	40ч.	
	Итого:	34+ 40ч.	

### Основные разделы (модули) тематического плана для 11 класса.

№ п/п	Тема	Кол. час.	В том числе
			Контрольных работ
Раздел 1.	Безопасность и защита человека при	10 ч.	4



	совершении террористических актов.		
Раздел 2.	Основы медицинских знаний и ЗОЖ	6 ч.	
Раздел 3.	Основы военной службы	18 ч.	
	Итого:	34 ч.	

## Календарно - тематическое планирование по ОБЖ.

**Класс:** 5.

**Преподаватель:** Зудов А. Е.

**Количество часов:** всего-34, в неделю-1

**Плановых контрольных уроков:** 4.

**Планирование составлено** на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

**Учебник:** М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др. ОБЖ: 5-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2006 – 173, [3], с.: ил. новый. (основной учебник).

Дата проведения урока	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов	Литература	Примечание
			Учебник новый	
1	2	3	4	5
	<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в ЧС.</b>	<b>24</b>		
	Глава 1. Опасные и ЧС	2		
	Инструктаж: Правила поведения при выбросе, аммиака, разливе ртути, теракте, пожаре.  Тема 1.1. Что такое опасные и чрезвычайные ситуации? Главные формулы ОБЖ. Формула безопасности.	1	с. 5-11	
	Тема 1.2. Как научиться выявлять и предвидеть опасности. Опасности в городе и поселке. Контрольная работа № 1 «Формулы безопасности».	1	с. 11-22	
	Глава 2. Аварийные ситуации в жилище. Безопасность современных жилищ	5		
	Тема 2.1. Опасные ситуации в жилище. Причины их возникновения.	1	с. 26-32	
	Тема 2.2. Пожары в жилище. Причины пожаров.	1	с. 32-38	
	Тема 2.3. Оповещение и эвакуация при пожаре.	1	с. 38-44	

	Средства тушения пожаров.			
	Тема 2.4. Утечка газа. Опасность угарного газа.	1	с. 44-48	
	Тема 2.5. Затопление жилища. Разрушение здания.	1	с. 48-52	
	Глава 3. Безопасность в быту.	3		
	Тема 3.1. Средства бытовой химии и их опасность.	1	с. 53-58	
	Тема 3.2. Последствия неправильного использования средств бытовой химии:			
	а) химические ожоги; отравление ядохимикатами;	1	с. 59-60	
	б) отравления продуктами и медикаментами.	1	с. 61-64	
	Глава 4. Современный транспорт - зона повышенной опасности.	7		
	Тема 4.1. Обязанности пассажиров и пешеходов.	1	с. 66-71	
	Тема 4.2. Безопасность в общественном и личном транспорте.	1	с. 72-75	
	Тема 4.3. Опасные ситуации в метро и электрике.	1	с. 77-79	
	Тема 4.4. Другие опасности на улицах. Толпа. Гололед.	1	с. 80-84	
	Тема 4.5. Опасности на воде и водном транспорте.	1	с. 89-94	
	Тема 4.6. Опасные ситуации на ж.д. транспорте	1	с. 85-88	
	Тема 4.7. Опасные ситуации на воздушном транспорте. Контрольная работа № 2 «Опасные ситуации на транспорте»	1	с. 100-103	
	Глава 5. Опасные ситуации криминального (преступного) характера	3		
	Тема 5.1. Как уберечь себя от преступлений. Как защитить свой дом.	1	с. 104-111	
	Тема 5.2. Если двери твоей квартиры пытаются	1	с. 111-113	

	открыть. Правило «пяти не»			
	Тема 5.3. Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах.	1	с. 115-122	
	Глава 6. Опасные ситуации, связанные с нарушением экологического равновесия	4		
	Тема 6.1. Причины нарушения экологического равновесия.	1	с. 125-127	
	Тема 6.2. Загрязнение воздуха	1	с. 128-134	
	Тема 6.3. Загрязнения воды, почвы, продуктов.	1	с. 136-145	
	Тема 6.4. Другие экологические факторы, влияющие на безопасность человека: а) шум; б) инфразвуки, вибрация, искусственная радиация; в) безопасный компьютер. Контрольная работа № 3 «Загрязнение окружающей среды».	1	с. 146-148 с. 148-150  с. 150-152	
	<b>Раздел 2. ГО и ее предназначение</b>	<b>3</b>		
	Глава 7. Основные понятия о ГО.	3		
	Тема 7.1. Назначение ГО, задачи ГО.	1	с. 37, 40-41	
	Тема 7.2. Какие службы защищают население. Оповещение об опасностях.	1	с. 22-25	
	Тема 7.3. Сигналы оповещения, установленные в школе. Практические действия учащихся по сигналу «Внимание всем!»	1	Практическое занятие	
	<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и 1МП. ОЗОЖ.</b>	<b>7</b>		
	Глава 8. 1МП. Цели и задачи 1МП.	<b>2</b>		
	Тема 8.1. Цели и задачи 1МП.	1	Уч. 9 кл. стар. с. 28-29	
	Тема 8.2. Правила	1	с. 153-155	

	оказания 1МП.			
	Глава 9. Раны, кровотечения, ожоги.	3		
	Тема 9.1. Раны. Первоначальная обработка ран.	1	с. 155-157	
	Тема 9.2. Кровотечения. Остановка кровотечений. Наложение медицинского жгута.	1	с. 157-158 с. 159-160	
	Тема 9.3. Ожоги. ПМП при термических и химических ожогах.	1	с. 162-168	
	Глава 10 Основа здорового образа жизни	2		
	Тема 10.1. Основные составляющие ЗОЖ.	1	р.т. 1, с. 11; р.т. 2 с. 34	
	Тема. 10.2. Личная гигиена подростка. Контрольная работа №4 «Первая медицинская помощь при травмах. Основы здорового образа жизни»	1	р.т. 1, с. 12; р.т. 2 с. 34	
	<b>Итого:</b>	<b>34 часа</b>		

## Календарно- тематическое планирование по ОБЖ.

**Класс:** 6.

**Преподаватель:** Зудов А. Е.

**Количество часов:** всего-17, в 2 недели-1

**Плановых контрольных уроков:** итоговая контрольная работа 1.

**Планирование составлено** на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

**Учебник:** ОБЖ: 6-й кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.:АСТ:Астрель, 2006-2011, [2] с.: ил.(основной учебник).

Дата проведения урока	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов	Примечание
1	2	3	4
	<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в экстремальных природных условиях.</b>	11	
	Глава 1. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.		
	Инструктаж: Правила поведения при выбросе аммиака, разливе ртути, теракте, пожаре.	1	
	Тема 1.1. Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит? Тема 1.2. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и как их преодолеть.	2	
	Тема 1.3. Последовательность действия в экстремальной ситуации в природе.	3	
	Глава 2. Смена климатографических условий.		
	Тема 2.1. Акклиматизация в условиях жаркого климата и в Северных районах. Тема 2.2. Акклиматизация в горной местности.	4	
	Тема 2.3. Общие правила успешной акклиматизации, питьевой и пищевой режимы.	5	
	Глава 3. Возможности выживания человека в условиях автономного существования в природной среде.		

	Тема 3.1. Если ты отстал от группы или заблудился в лесу. Тема 3.2. Авария транспортного средства в безлюдной местности.	6	
	Тема 3.3. Способы подачи сигналов бедствия Тема 3.4. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, звездам.	7	
	Тема 3.5. Ориентирование по местным признакам. Как находить дорогу к жилью? Тема 3.6. Устройство временных укрытий.	8	
	Тема 3.7. Добывание огня. Виды костров. Тема 3.8. Добывание воды и пищи.	9	
	Тема 3.9. Личная гигиена. Уход за одеждой и обувью. Профилактика заболеваний. Тема 3.10. Как вести себя при встрече с хищными зверями.	10	
	Тема 3.11. Молнии. Их виды. Поражение молнией. 1МП.	11	
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и 1МП.</b>		6	
Глава 5. Общие принципы оказания 1МП			
	Тема 5.1. Само и взаимопомощь. Общие принципы оказания 1МП. Тема 5.2. Аптечка. Природные лекарственные средства.	12	
	Тема 5.3. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Тема 5.4. Травмы ОДА: - ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи и переломы;	13	
	Тема 5.5. Укусы животных: - укусы насекомых, паукообразных; - укусы змей;	14	
	Тема 5.6. Отравления, их виды и причины. 1 МП Тема 5.7. Тепловые и солнечные удары. Утопления. 1МП.	15	
	Тема 5.8. Заболевание глаз. Удаление инородных тел из глаза, уха, носа. Тема 5.9. Переноска пострадавшего без носилок.	16	
	Итоговая контрольная работа по всему материалу.	17	
	Итого: 17 часов		

## Календарно - тематическое планирование по ОБЖ.

Класс: 8.

Преподаватель: Зудов А. Е.

Количество часов: всего-34, в неделю-1

Плановых контрольных уроков: 4.

Планирование составлено на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

Учебник: ОБЖ: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ:Астрель, 2006 - 206, [2] с. (основной учебник).

Дополнительная литература:

Плакаты стенды

Дата проведения урока	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов	Примечание
1	2	3	4
	Инструктаж: Правила поведения при выбросе, аммиака, разливе ртути, теракте, пожаре.	1	
	<b>Раздел 1. ЧС техногенного характера. Безопасность и защита человека.</b>	<b>24</b>	
	Глава 1. Производственные аварии и катастрофы.	3	
	Тема 1.1. Понятие аварии, катастрофы. Основные причины техногенных аварий и катастроф.	1	
	Тема 1.2. Характеристика основных типов ЧС техногенного характера и их последствий.	1	
	Тема 1.3. Причины и стадии развития техногенных происшествий.	1	
	Глава 2. Пожары и взрывы.	6	
	Тема 2.1. Пожары.	1	
	Тема 2.2. Взрывы.	1	
	Тема 2.3. Условия и причины возникновения пожаров и взрывов.	1	
	Тема 2.4. Возможные последствия от пожаров и взрывов.	1	
	Тема 2.5. . Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах.	1	
	Контрольная работа № 1»ЧС техногенного характера. Пожары и взрывы».	1	
	Глава 3. Аварии с выбросом (угрозой выброса) АХОВ.	5	



Тема 3.1. Опасные химические вещества и объекты.	1	
Тема 3.2. АХОВ и ХОО. Характеристика АХОВ и их поражающие факторы.	1	
Тема 3.3. Возможные последствия при авариях на ХОО и правила поведения населения.	1	
Тема 3.4. Характеристика очагов поражений АХОВ.	1	
Тема 3.5. Первая помощь пострадавшим от АХОВ.	1	
Глава 4. Аварии с выбросом (угрозой выброса) РВ.	5	
Тема 4.1. Радиоактивность и РОО.	1	
Тема 4.2. Ионизирующее излучение: природа, единицы измерения, биологические эффекты. Последствия радиационных аварий.	1	
Тема 4.3. Естественная радиоактивность..	1	
Тема 4.4. Характеристика очагов поражения при радиационных авариях. Защита от ИИ	1	
Тема 4.5. Правила поведения населения при авариях на РОО.	1	
Глава 5. Гидродинамические аварии.	2	
Тема 5.1. Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения. Тема 5.2. Причины и виды гидротехнических аварий. Тема 5.3. Последствия гидродинамических аварий, меры по защите от них.	1	
Тема 5.4. Правила поведения населения при угрозе и во время гидродинамических аварий.	1	
Глава 6 Нарушение экологического равновесия.	4	
Тема 6.1. Экология и экологическая безопасность. Тема 6.2. Биосфера и человек.	1	
Тема 6.3. Загрязнение атмосферы. Тема 6.4.-6.5. Загрязнение почв и природных водоисточников.	1	
Тема 6.6. Понятие о ПДК загрязняющих веществ. Характеристика экологической обстановки в Росси.	1	
Контрольная работа №3 «Гидродинамические ситуации. Нарушение экологического равновесия».	1	
Глава 7. Правила безопасного поведения в криминогенной ситуации.	3	
Тема 7.1. Правила для велосипедистов. Тема 7.2. Правила для роллинга	1	
Тема 7. 3. Основные понятия уголовной ответственности несовершеннолетних	1	
Тема 7.4. Как уберечь себя от преступлений?: а) безопасность в общественных местах; как	1	

	получить помощь со стороны; б) поведение при невозможности избежать силового контакта; самозащита в общественном транспорте; Тема 7.4. Как уберечь себя от преступлений?: в) самозащита в замкнутом пространстве; особенности схватки на лестнице.		
	<b>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	5	
	Тема 3.9. Личная гигиена. Уход за одеждой и обувью. Профилактика заболеваний.	1	6 класс
	Тема 5.1. Само и взаимопомощь. Общие принципы оказания 1МП. Тема 5.2. Аптечка. Природные лекарственные средства.	1	6 класс
	Тема 5.3. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Тема 5.4. Травмы ОДА: - ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи и переломы;	1	6 класс
	Тема 5.6. Отравления, их виды и причины. 1МП Тема 5.7. Тепловые и солнечные удары. Утопления. 1МП.	1	6 класс
	Тема 5.8. Заболевания глаз. Удаление инородных тел из глаза, уха, носа. Тема 5.9. Переноска пострадавшего без носилок. Контрольная работа №4	1	6 класс
	Итого:	34 часа	

## Календарно - тематическое планирование по ОБЖ.

**Класс:** 10.

**Преподаватель:** Зудов А. Е.

**Количество часов:** всего-34, в неделю-1

**Плановых контрольных уроков:**0, практических занятий 40

**Планирование составлено** на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

**Учебник:** ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. под ред.В. В. Маркова – М.: «Дрофа», 2007 - 363, [3] с. (основной учебник)

**Дополнительная литература:**

**Плакаты , стенды**

Тематическое планирование по ОБЖ

10 класс (1 час в неделю)

№ темы и урока	Наименование темы и урока	Количество часов		Время проведения
			Раздел	
I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	13		
1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения		6	

1.1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. ' Подготовка к проведению турпохода		1	
1.2	Правила поведения у ситуациях криминогенного характера		1	
1.3	Уголовная ответственность несовершеннолетних		1	
1.4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера		1	
1.5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи		1	
1.6	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности		1	
2	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны		7	
2.1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны		1	

2.2	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения		1	
2.3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени		1	
2.4	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени		1	
2.5	Средства индивидуальной защиты		1	
2.6	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций		1	
2.7	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении		1	
<b>II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>6</b>	
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний		3	
3.1	Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности		1	

3.2	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика		2	
4	Основы здорового образа жизни		5	
4.1	Здоровый образ жизни и его составляющие		1	
4.2	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека		1	
4.3	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека		1	
4.4	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек		2	
III	Основы военной службы	12		
5	Вооруженные Силы Российской Федерации, защитники нашего Отечества		4	
5.1	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации		1	
5.2	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение		1	
5.3	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил		1	

5.4	Другие войска, их состав и предназначение		1	
6	Боевые традиции Вооруженных Сил России		3	
6.1	Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества		1	
6.2	Памяти поколений — дни воинской славы России		1	
6.3	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений		1	
7	Символы воинской чести	3		
7.1	Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы		1	
7.2	Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе		1	
7.3	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации		1	
8	Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)		40	
8.1	Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках		1	
8.2	Размещение и быт военнослужащих		3	
8.3	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда		4	

8.4	Организация караульной службы, обязанности часового		4	
8.5	Стрелковая подготовка		4	
8.6	Огневая подготовка		14	
8.7	Тактическая подготовка		5	
8.8	Физическая подготовка		5	
<b>Всего часов</b>			<b>34</b>	



## Календарно - тематическое планирование по ОБЖ.

Класс: 11.

Преподаватель: Зудов А. Е.

Количество часов: всего-34, в неделю-1

Плановых контрольных уроков: 1

Планирование составлено на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

Учебник: ОБЖ: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. под ред.В. В. Маркова – М.: «Дрофа», 2004 - 288, [3] с. (основной учебник)

Дополнительная литература:

Плакаты , стенды

### Тематическое планирование по ОБЖ 11 класс (1 час в неделю)

№ темы и урока	Наименование темы и урока.	Время проведения	Количество часов	
			По теме	Урок
<b>I</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>10</b>	
1	Основы здорового образа жизни			6
1.1	Правила личной гигиены и здоровье			1
1.2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов			1
1.3	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики			1
1.4	СПИД и его профилактика			2
1.5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья			1
2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи			4

2.1	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте(практические занятия)			1
2.2	Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)			1
2.3	Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)			1
2.4	Первая медицинская помощь при остановке сердца			1
<b>II</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>25</b>		
3	Воинская обязанность			10
3.1	Основные понятия о воинской обязанности			1
3.2	Организация воинского учета и его предназначение			2
3.3	Обязательная подготовка граждан к военной службе			2
3.4	Добровольная подготовка граждан к военной службе			1
3.5	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет			3
3.6	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе			1
4	Особенности военной службы			
4.1	Правовые основы военной службы			1
4.2	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской			1
4.3	Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России			1
4.4	Прохождение военной службы по призыву			2
4.5	Прохождение военной службы по контракту			1

4.6	Права и ответственность военнослужащих			1
4.7	Альтернативная гражданская служба			1
5	Военнослужащий— защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил			7
5.1	Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника			1
5.2	Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой			1
5.3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина -			1
5.4	Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников			1
5.5	Как стать офицером Российской армии			1
5.6	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации Итоговая контрольная работа.			1
<b>В с е г о ч а с о в</b>			<b>34</b>	