

МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
**«ЕГОРЬЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**  
САКМАРСКОГО РАЙОНА  
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ  
461424, Оренбургская область,  
Сакмарский район  
с. Искра, ул. Школьная, 2  
телефон/факс: 8(35331)21-0-23  
ИНН/КПП 5642007560/564201001  
ОГРН 1025602728216  
29 августа 2024г.  
**ПРИКАЗ №214**

## **О внесении изменений в основную образовательную программу среднего общего образования МБОУ «Егорьевская СОШ»**

В соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.12.2023 № 1028 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и среднего общего образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 01.02.2024 № 62 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного общего образования и среднего общего образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2024 № 171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»

### **ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить изменения и дополнения в разделы действующей основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Егорьевская СОШ» с 02 сентября 2024 года:

1.1. в содержательном разделе ООП СОО: заменить рабочую программу по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» на рабочую программу по учебному предмету «Основы безопасности и защиты Родины» (Приложение 1)

1.2. п. 1.2. Планируемые результаты освоения обучающимися ООП СОО: планируемые результаты по учебному предмету "Литература" (базовый уровень) изложить в редакции п. 20.5. Планируемые результаты освоения программы по литературе на уровне среднего общего образования.

Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Литература" (базовый уровень) приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки, приказа Министерства просвещения Российской Федерации касающиеся изменения ФОП НОО, ООО и СОО.

1.3. Планируемые результаты по учебному предмету "География" (базовый уровень) изложить в редакции п.125.5. Планируемые результаты освоения программы по географии на уровне среднего общего образования. Федеральная рабочая программа по учебному предмету "География" (базовый уровень) приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки, приказа Министерства просвещения Российской Федерации касающиеся изменения ФОП НОО, ООО и СОО.

Планируемые результаты рабочей программы "Основы безопасности и защиты Родины" изложить в редакции ФРП, "Основы безопасности и защиты Родины" Москва, 2024.

1.4. в п. 2.1. рабочие программы учебных предметов: Содержание рабочей программы по учебному предмету "Литература" (базовый уровень) изложить в редакции п.20. Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Литература" (базовый уровень) приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки, приказа Министерства просвещения Российской Федерации касающиеся изменения ФОП НОО, ООО и СОО.

1.5. Содержание рабочей программы по учебному предмету "География" (базовый уровень) изложить в редакции п.125. Федеральная рабочая программа по учебному предмету "География" (базовый уровень) приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки, приказа Министерства просвещения Российской Федерации касающиеся изменения ФОП НОО, ООО и СОО.

Содержание рабочей программы по учебному предмету "Основы безопасности и защиты Родины" изложить в редакции ФРП, "Основы безопасности и защиты Родины" Москва, 2024.

1.6. Содержание рабочей программы по учебному предмету "Физическая культура" изложить в редакции приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 171 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки, приказа Министерства просвещения Российской Федерации касающиеся изменения ФОП НОО, ООО и СОО. В соответствии с обновленной ФОП обязательные линии: "Знания о физической культуре", "Способы самостоятельной деятельности" и "Физическое совершенствование". Обновленный модуль "Дзюдо" новые модули "Коньки", "Теннис", "Городошный спорт", "Гольф", "Биатлон", "Роллер спорт", "Скалолазание", "Спортивный туризм", "Хоккей на траве", "Ушу", "Чир спорт", "Перетягивание каната", "Бокс", "Танцевальный спорт", "Киокусинкай", "Тяжелая атлетика", изучаются с учетом возможностей материально-технической базы образовательной организации.

1.7. п.3.1. Учебный план: Исключить предметную область "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности". Добавить предметную область "Физическая культура" с учебным предметом "Физическая культура". Добавить предметную область "Основы безопасности и защиты Родины" с учебным предметом "Основы безопасности и защиты Родины", (Приложение 2)

1.8. Внести изменения в КУГ СОО на 2024-2025 учебный год: изменить дату начала учебного года на 2 сентября 2024 года; изменить дату окончания учебного года: 26 мая 2025 год; изменить даты каникул в соответствии с письмом министерства образования Оренбургской области от 04.08.2024 № 01-23,6285. (Приложение 3)

1.9. п.3.4. внести изменения в календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год (Приложение 4)

1.10. п.2.1.17. добавить рабочую программу курса внеурочной деятельности «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» (Приложение 5)

2. Педагогам до 2 сентября 2024 года внести изменения в рабочие программы в части содержания и образовательных результатов, которые не должны быть ниже тех, которые закреплены федеральными ООП.

3. Заместителю директора по УВР Куспаковой Н. А. обеспечить реализацию ООП СОО с внесенными изменениями и дополнениями с 02 сентября 2024 года.

4. Ответственному за сайт МБОУ «Егорьевская СОШ» Карповой Е.В. разместить внесенные изменения в ООП СОО на официальном сайте школы в разделе «Сведения об образовательной организации», подразделе «Образование», в срок до 10 сентября 2024 г.

5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор школы:

Коптик М.В.

## **Основная образовательная программа среднего общего образования.**

### **II Содержательный раздел**

#### **Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»**

##### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы безопасности и защиты Родины" (далее - ОБЗР) разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания и предусматривает непосредственное применение при реализации ОП СОО.

Программа ОБЗР позволит учителю построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Программа ОБЗР в методическом плане обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЗР, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; помогает педагогу продолжить освоение содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная ситуация, чрезвычайная ситуация разумного построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни с учётом актуальных вызовов и угроз в природной, техногенной, социальной и информационной сферах.

Программа ОБЗР обеспечивает:

1. формирование личности выпускника с высоким уровнем культуры и мотивации ведения безопасного, здорового и экологически целесообразного образа жизни;
2. достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, соответствующего интересам обучающихся и потребностям общества в формировании полноценной личности безопасного типа;
3. взаимосвязь личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета ОБЗР на уровнях основного общего и среднего общего образования;
4. подготовку выпускников к решению актуальных практических задач безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни.

#### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

В программе ОБЗР содержание учебного предмета ОБЗР структурно представлено одиннадцатью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими системность и непрерывность изучения предмета на уровнях основного общего и среднего общего образования:

Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства». Модуль № 2. «Основы военной подготовки».

Модуль № 3. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе». Модуль № 4. «Безопасность в быту».

Модуль № 5. «Безопасность на транспорте».

Модуль № 6. «Безопасность в общественных местах». Модуль № 7. «Безопасность в природной среде».

Модуль № 8. «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи». Модуль № 9. «Безопасность в социуме». Модуль № 10. «Безопасность в информационном пространстве». Модуль № 11. «Основы противодействия экстремизму и терроризму».

В целях обеспечения преемственности в изучении учебного предмета ОБЗР на уровне среднего общего образования программа ОБЗР предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости безопасно действовать».

Программа ОБЗР предусматривает внедрение практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажёрных систем и виртуальных

моделей. При этом использование цифровой образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным: компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

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 другие) 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 ОБЗР определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегией национальной безопасности Российской Федерации, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400, Национальными целями развития Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденными Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474, государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.

ОБЗР 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 ОБЗР 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 модели индивидуального и

группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Подходы к изучению ОБЗР учитывают современные вызовы и угрозы. ОБЗР входит в предметную область «Основы безопасности и защиты Родины», является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования.

Изучение ОБЗР направлено на формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке 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 И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

Целью изучения ОБЗР на уровне среднего общего образования является овладение основами военной подготовки и формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными 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 ценностей, овладение знаниями и умениями, которые обеспечивают готовность к военной службе, исполнению долга по защите Отечества;

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 ОБЗР на уровне среднего общего образования отводится 68 часов (по 34 часа в каждом классе).

### **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

#### **Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства»:**

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; роль правоохранительных органов и специальных служб в

обеспечении национальной

безопасности;

роль личности, общества и государства в предупреждении противоправной

деятельности;

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций(РСЧС), структура, режимы функционирования; территориальный и функциональный принцип организации РСЧС, её задачи и примеры их решения;

права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций; задачи гражданской обороны;

права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны;

Россия в современном мире, оборона как обязательное условие мирного

социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности;

роль Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

### **Модуль № 2. «Основы военной подготовки»:**

движение строевым шагом, движение бегом, походным шагом, движение с изменением скорости движения, повороты в движении, выполнение воинского приветствия на месте и в движении;

основы общевойскового боя;

основные понятия общевойскового боя (бой,

удар, огонь, маневр); виды маневра;

походный, предбоевой и боевой порядок

действия подразделений; оборона, ее задачи и

принципы;

наступление, задачи и способы;

требования курса стрельб по организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок;

правила безопасного обращения с оружием;

изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из

стрелкового оружия; способы удержания оружия и правильность

прицеливания;

назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия(автомат Калашникова АК-12, пистолет Ярыгина, пистолет Лебедева);

перспективы и тенденции развития современного

стрелкового оружия; история возникновения и

развития робототехнических комплексов;

виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее

устройство беспилотных летательных аппаратов (далее – БПЛА);

конструктивные особенности БПЛА

квадрокоптерного типа; история

возникновения и развития радиосвязи;

радиосвязь, назначение и основные требования;

предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций;

местность как элемент боевой обстановки;

тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск, сезонные изменения тактических свойств местности;

шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение;

порядок оборудования позиции отделения;

назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка;

понятие оружия массового поражения, история его развития, примеры применения, его роль в современном бою;

поражающие факторы ядерных взрывов;

отравляющие вещества, их назначение и классификация;

внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия;

зажигательное оружие и способы защиты от него;

состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи;

виды боевых ранений и опасность их получения;

алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях;

условные зоны оказания первой помощи;

характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон;

объем мероприятий первой помощи в «красной», «желтой» и «зеленой» зонах;

порядок выполнения мероприятий первой помощи в «красной», «желтой» и «зеленой» зонах;

особенности прохождения службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей;

особенности прохождения службы по контракту;

организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации, Министерства внутренних дел Российской Федерации, Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий;

военно-учебные заведения и военно-учебные центры.

### **Модуль № 3. «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», «чрезвычайная ситуация»;

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 опасной и чрезвычайной ситуациях;

риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности;

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

### **Модуль № 4. «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 другое), первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях;

основные правила безопасного поведения при обращении и 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, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и других);  
коммуникация с соседями;  
меры по предупреждению преступлений;  
аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения;  
правила безопасного поведения в ситуации аварии на коммунальной системе;  
порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними;  
действия в экстренных случаях.

#### **Модуль № 5. «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 опасных или чрезвычайных ситуаций;  
основные источники опасности на железнодорожном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций;  
основные источники опасности на водном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасной и чрезвычайной ситуации;  
основные источники опасности на авиационном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасной, чрезвычайной ситуации.

#### **Модуль № 6. «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; криминогенные ситуации; случаи, когда потерялся человек);  
порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки;  
эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи, правила безопасного поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу;  
правила безопасного поведения при проявлении агрессии;  
криминогенные 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 (медицинские и образовательные организации, культурные, торгово-развлекательные учреждения и другие);  
меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций;  
меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в случае террористического акта.

#### **Модуль № 7. «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 лыжном 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;  
природные чрезвычайные ситуации;  
общие правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дождаться помощи);  
природные пожары, возможности прогнозирования и предупреждения;  
правила безопасного поведения, последствия природных пожаров для людей и окружающей среды;  
природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными геологическими явлениями и процессами: землетрясения, извержение вулканов, оползни, камнепады;  
возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;  
природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными гидрологическими явлениями и процессами: паводки, половодья, цунами, сели, лавины;  
возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;  
природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными метеорологическими явлениями и процессами: ливни, град, мороз, жара;  
возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;  
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 № 8. «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи»**

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 другие);  
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, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёвшим 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 по оказанию 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 9. «Безопасность в социуме»:**

определение понятия «общение»;  
навыки конструктивного 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, способы саморегуляции;  
способы разрешения конфликтных ситуаций;  
основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта;  
ведение переговоров при разрешении конфликта;  
опасные проявления конфликтов (буллинг, насилие);  
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;  
манипуляция в общении, цели, технологии и способы противодействия;  
психологическое влияние на большие группы;  
способы воздействия на большую группу: заражение; убеждение; внушение; подражание;  
деструктивные и псевдопсихологические технологии;  
противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.

#### **Модуль № 10. «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;  
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 опасности в цифровой среде и их причины;  
опасные персоны, имитация близких социальных отношений;  
неосмотрительное поведение и коммуникация в Интернете как угроза для будущей жизни и карьеры;  
травля в Интернете, 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;  
понятие прав человека в цифровой среде, их защита;  
ответственность за действия в Интернете;  
запрещённый контент;  
защита прав в цифровом пространстве.

#### **Модуль № 11. «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 террористических актов;  
уровни террористической угрозы;  
правила поведения и порядок действий при угрозе или в случае террористического акта, проведении контртеррористической операции;  
правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации;  
основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы;  
права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЗР, 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.

Личностные результаты изучения ОБЗР включают:

**1) 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;

**2) 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;

**3) Духовно-нравственное воспитание:**

осознание духовных ценностей русского народа и русского 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;

**4) Эстетическое воспитание:**

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

**5) 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 ОБЗР, 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 избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях);

#### **6) 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;

#### **7) 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;

#### **8) 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.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

.В результате изучения ОБЗР на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

#### **Познавательные универсальные учебные действия**

##### **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;

осуществлять различные виды 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.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

#### **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.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

#### **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, принятие себя и других:**

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;

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.

**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.

**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 ОБЗР, должны обеспечивать:

1) знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;

2) знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей граждан в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;

3) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации, формирование представления о военной службе;

4) сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки; овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием; сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;

5) сформированность представлений о современном общевойсковом бое; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

6) сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе и образовательных организаций осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;

7) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

8) 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 ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

9) 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;

10) знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

11) 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;

12) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях, 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 и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;

13) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

14) 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;

15) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии в том числе экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции.

Достижение результатов освоения программы ОБЗР обеспечивается посредством достижения предметных результатов освоения модулей ОБЗР.

## **9 КЛАСС**

### **Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства»:**

раскрывать правовые основы и принципы обеспечения национальной безопасности Российской Федерации;

характеризовать роль личности, общества и государства в достижении стратегических национальных приоритетов, объяснять значение их реализации в обеспечении комплексной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации, приводить примеры;

характеризовать роль правоохранительных органов и специальных служб в обеспечении национальной безопасности;

объяснять роль личности, общества и государства в предупреждении противоправной деятельности;

характеризовать правовую основу защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

раскрывать назначение, основные задачи и структуру Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);

объяснять права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

объяснять права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны; уметь действовать при сигнале «Внимание всем!», в том числе при химической и радиационной опасности;

анализировать угрозы военной безопасности Российской Федерации, обосновывать значение обороны государства для мирного социально-экономического развития страны;

характеризовать роль Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

### **Модуль № 2. «Основы военной подготовки»:**

знать строевые приёмы в движении без оружия;  
выполнять строевые приёмы в движении без оружия;  
иметь представление об основах общевойскового боя;  
иметь представление об основных видах общевойскового боя и способах маневра в бою;  
иметь представление о походном, предбоевом и боевом порядке подразделений;  
понимать способы действий военнослужащего в бою;  
знать правила и меры безопасности при обращении с оружием;  
приводить примеры нарушений правил и мер безопасности при обращении с оружием и их возможных последствий;  
применять меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием;  
знать способы удержания оружия, правила прицеливания и производства меткого выстрела;  
определять характерные конструктивные особенности образцов стрелкового оружия на примере автоматов Калашникова АК-74 и АК-12;  
иметь представление о современных видах короткоствольного стрелкового оружия;  
иметь представление об истории возникновения и развития робототехнических комплексов;  
иметь представление о конструктивных особенностях БПЛА квадрокоптерного типа;  
иметь представление о способах боевого применения БПЛА;  
иметь представление об истории возникновения и развития связи;  
иметь представление о назначении радиосвязи и о требованиях, предъявляемых к радиосвязи;  
иметь представление о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках современных переносных радиостанций;  
иметь представление о тактических свойствах местности и их влиянии на боевые действия войск;  
иметь представление о шанцевом инструменте;  
иметь представление о позиции отделения и порядке оборудования окопа для стрелка;  
иметь представление о видах оружия массового поражения и их поражающих факторах;  
знать способы действий при применении противником оружия массового поражения;  
понимать особенности оказания первой помощи в бою;  
знать условные зоны оказания первой помощи в бою;  
знать приемы самопомощи в бою;  
иметь представление о военно-учетных специальностях;  
знать особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту;  
иметь представления о военно-учебных заведениях;  
иметь представление о системе военно-учебных центров при учебных заведениях высшего образования.

### **Модуль № 3. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

объяснять смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск (угроза)», «культура безопасности», «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация», объяснять их взаимосвязь;  
приводить примеры решения задач по обеспечению безопасности в повседневной жизни (индивидуальный, групповой и общественно-государственный уровни);  
знать общие принципы безопасного поведения, приводить примеры;  
объяснять смысл понятий «виктимное поведение», «безопасное поведение»;  
понимать влияние поведения человека на его безопасность, приводить примеры;  
иметь навыки оценки своих действий с точки зрения их влияния на безопасность;  
раскрывать суть риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности;  
приводить примеры реализации риск-ориентированного подхода на уровне личности, общества, государства.

### **Модуль № 4. «Безопасность в быту»:**

раскрывать источники и классифицировать бытовые опасности, обосновывать зависимость риска (угрозы) их возникновения от поведения человека;  
знать права и обязанности потребителя, правила совершения покупок, в том числе в Интернете;  
оценивать их роль в совершении безопасных покупок;  
оценивать риски возникновения бытовых отравлений, иметь навыки их профилактики;  
иметь навыки первой помощи при бытовых отравлениях;

уметь оценивать риски получения бытовых травм;  
понимать взаимосвязь поведения и риска получить травму;  
знать правила пожарной безопасности и электробезопасности, понимать влияние соблюдения правил на безопасность в быту;  
иметь навыки безопасного поведения в быту при использовании газового и электрического оборудования;  
иметь навыки поведения при угрозе и возникновении пожара;  
иметь навыки первой помощи при бытовых травмах, ожогах, порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации;  
знать правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и другие);  
понимать влияние конструктивной коммуникации с соседями на уровень безопасности, приводить примеры;  
понимать риски противоправных действий, выработать навыки, снижающие криминогенные риски;  
знать правила поведения при возникновении аварии на коммунальной системе;  
иметь навыки взаимодействия с коммунальными службами.

#### **Модуль № 5. «Безопасность на транспорте»:**

знать правила дорожного движения;  
характеризовать изменения правил дорожного движения в зависимости от изменения уровня рисков (риск-ориентированный подход);  
понимать риски для пешехода при разных условиях, выработать навыки безопасного поведения;  
понимать влияние действий водителя и пассажира на безопасность дорожного движения, приводить примеры;  
знать права, обязанности и иметь представление об ответственности пешехода, пассажира, водителя;  
иметь представление о знаниях и навыках, необходимых водителю;  
знать правила безопасного поведения при дорожно-транспортных происшествиях разного характера;  
иметь навыки оказания первой помощи, навыки пользования огнетушителем;  
знать источники опасности на различных видах транспорта, приводить примеры;  
знать правила безопасного поведения на транспорте, приводить примеры влияния поведения на безопасность;  
иметь представление о порядке действий при возникновении опасных чрезвычайных ситуаций на различных видах транспорта.

#### **Модуль № 6. «Безопасность в общественных местах»:**

перечислять и классифицировать основные источники опасности в общественных местах;  
знать общие правила безопасного поведения в общественных местах, характеризовать их влияние на безопасность;  
иметь навыки оценки рисков возникновения толпы, давки;  
знать о действиях, которые минимизируют риски попадания в толпу, давку, и о действиях, которые позволяют минимизировать риск получения травмы в случае попадания в толпу, давку;  
оценивать риски возникновения ситуаций криминогенного характера в общественных местах;  
иметь навыки безопасного поведения при проявлении агрессии;  
иметь представление о безопасном поведении для снижения рисков криминогенного характера;  
оценивать риски потеряться в общественном месте;  
знать порядок действий в случаях, когда потерялся человек;  
знать правила пожарной безопасности в общественных местах;  
понимать особенности поведения при угрозе пожара и пожаре в общественных местах разного типа;  
знать правила поведения при угрозе обрушения или обрушении зданий или отдельных конструкций;  
иметь представление о правилах поведения при угрозе или в случае террористического акта в общественном месте.

## **Модуль № 7 «Безопасность в природной среде»:**

- выделять и классифицировать источники опасности в природной среде;
- знать особенности безопасного поведения при нахождении в природной среде, в том числе в лесу, на водоёмах, в горах;
- иметь представление о способах ориентирования на местности; знать разные способы ориентирования, сравнивать их особенности, выделять преимущества и недостатки;
- знать правила безопасного поведения, минимизирующие риски потеряться в природной среде;
- знать о порядке действий, если человек потерялся в природной среде;
- иметь представление об основных источниках опасности при автономном нахождении в природной среде, способах подачи сигнала о помощи;
- иметь представление о способах сооружения убежища для защиты от перегрева и переохлаждения, получения воды и пищи, правилах поведения при встрече с дикими животными;
- иметь навыки первой помощи при перегреве, переохлаждении, отморожении, навыки транспортировки пострадавших;
- называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации;
- выделять наиболее характерные риски для своего региона с учётом географических, климатических особенностей, традиций ведения хозяйственной деятельности, отдыха на природе;
- раскрывать применение принципов безопасного поведения (предвидеть опасность; по возможности избежать её; при необходимости действовать) для природных чрезвычайных ситуаций;
- указывать причины и признаки возникновения природных пожаров;
- понимать влияние поведения человека на риски возникновения природных пожаров;
- иметь представление о безопасных действиях при угрозе и возникновении природного пожара;
- называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными геологическими явлениями и процессами;
- раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;
- иметь представление о правилах безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;
- оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;
- называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными гидрологическими явлениями и процессами;
- раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;
- иметь представление о правилах безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;
- оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;
- называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными метеорологическими явлениями и процессами;
- раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;
- знать правила безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;
- оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;
- характеризовать источники экологических угроз, обосновывать влияние человеческого фактора на риски их возникновения;
- характеризовать значение риск-ориентированного подхода к обеспечению экологической безопасности;
- иметь навыки экологической грамотности и разумного природопользования.

## **Модуль № 8. «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи»:**

объяснять смысл понятий «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика» и выявлять взаимосвязь между ними;

понимать степень влияния биологических, социально-экономических, экологических, психологических факторов на здоровье;

понимать значение здорового образа жизни и его элементов для человека, приводить примеры из собственного опыта;

характеризовать инфекционные заболевания, знать основные способы распространения и передачи инфекционных заболеваний;

иметь навыки соблюдения мер личной профилактики;

понимать роль вакцинации в профилактике инфекционных заболеваний, приводить примеры;

понимать значение национального календаря профилактических прививок и вакцинации населения, роль вакцинации для общества в целом;

объяснять смысл понятия «вакцинация по эпидемиологическим показаниям»;

иметь представление о чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера, действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера (на примере эпидемии);

приводить примеры реализации риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

характеризовать наиболее распространённые неинфекционные заболевания (сердечно-сосудистые, онкологические, эндокринные и другие), оценивать основные факторы риска их возникновения и степень опасности;

характеризовать признаки угрожающих жизни и здоровью состояний (инсульт, сердечный приступ и другие);

иметь навыки вызова скорой медицинской помощи;

понимать значение образа жизни в профилактике и защите от неинфекционных заболеваний;

раскрывать значение диспансеризации для ранней диагностики неинфекционных заболеваний, знать порядок прохождения диспансеризации;

объяснять смысл понятий «психическое здоровье» и «психологическое благополучие», характеризовать их влияние на жизнь человека;

знать основные критерии психического здоровья и психологического благополучия;

характеризовать факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие;

иметь представление об основных направлениях сохранения и укрепления психического здоровья и психологического благополучия;

характеризовать негативное влияние вредных привычек на умственную и физическую работоспособность, благополучие человека;

характеризовать роль раннего выявления психических расстройств и создания благоприятных условий для развития;

объяснять смысл понятия «инклюзивное обучение»;

иметь навыки, позволяющие минимизировать влияние хронического стресса;

характеризовать признаки психологического неблагополучия и критерии обращения за помощью;

знать правовые основы оказания первой помощи в Российской Федерации;

объяснять смысл понятий «первая помощь», «скорая медицинская помощь», их соотношение;

знать о состояниях, при которых оказывается первая помощь, и действиях при оказании первой помощи;

иметь навыки применения алгоритма первой помощи;

иметь представление о безопасных действиях по оказанию первой помощи в различных условиях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно).

### **Модуль № 9. «Безопасность в социуме»:**

объяснять смысл понятия «общение»; характеризовать роль общения в жизни человека, приводить примеры межличностного общения и общения в группе;

иметь навыки конструктивного общения;

объяснять смысл понятий «социальная группа», «малая группа», «большая группа»;

характеризовать взаимодействие в группе;

понимать влияние групповых норм и ценностей на комфортное и безопасное взаимодействие в группе, приводить примеры;

объяснять смысл понятия «конфликт»;

знать стадии развития конфликта, приводить примеры;

характеризовать факторы, способствующие и препятствующие развитию конфликта;

иметь навыки конструктивного разрешения конфликта;

знать условия привлечения третьей стороны для разрешения конфликта;

иметь представление о способах пресечения опасных проявлений конфликтов;

раскрывать способы противодействия буллингу, проявлениям насилия;

характеризовать способы психологического воздействия;

характеризовать особенности убеждающей коммуникации;

объяснять смысл понятия «манипуляция»;

называть характеристики манипулятивного воздействия, приводить примеры;

иметь представления о способах противодействия манипуляции;

раскрывать механизмы воздействия на большую группу (заражение, убеждение, внушение, подражание и другие), приводить примеры;

иметь представление о деструктивных и псевдопсихологических технологиях и способах противодействия.

#### **Модуль № 10. «Безопасность в информационном пространстве»:**

характеризовать цифровую среду, её влияние на жизнь человека;

объяснять смысл понятий «цифровая среда», «цифровой след», «персональные данные»;

анализировать угрозы цифровой среды (цифровая зависимость, вредоносное программное обеспечение, сетевое мошенничество и травля, вовлечение в деструктивные сообщества, запрещённый контент и другие), раскрывать их характерные признаки;

иметь навыки безопасных действий по снижению рисков, и защите от опасностей цифровой среды;

объяснять смысл понятий «программное обеспечение», «вредоносное программное обеспечение»;

характеризовать и классифицировать опасности, анализировать риски, источником которых является вредоносное программное обеспечение;

иметь навыки безопасного использования устройств и программ;

перечислять и классифицировать опасности, связанные с поведением людей в цифровой среде;

характеризовать риски, связанные с коммуникацией в цифровой среде (имитация близких социальных отношений; травля; шантаж разглашением сведений; вовлечение в деструктивную, противоправную деятельность), способы их выявления и противодействия им;

иметь навыки безопасной коммуникации в цифровой среде;

объяснять смысл и взаимосвязь понятий «достоверность информации», «информационный пузырь», «фейк»;

иметь представление о способах проверки достоверности, легитимности информации, её соответствия правовым и морально-этическим нормам;

раскрывать правовые основы взаимодействия с цифровой средой, выработать навыки безопасных действий по защите прав в цифровой среде;

объяснять права, обязанности и иметь представление об ответственности граждан и юридических лиц в информационном пространстве.

#### **Модуль № 11. «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

характеризовать экстремизм и терроризм как угрозу благополучию человека, стабильности общества и государства;

объяснять смысл и взаимосвязь понятий «экстремизм» и «терроризм»; анализировать варианты их проявления и возможные последствия;

характеризовать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность, выработать навыки безопасных действий при их обнаружении;

иметь представление о методах и видах террористической деятельности;

знать уровни террористической опасности, иметь навыки безопасных действий при их объявлении;

иметь представление о безопасных действиях при угрозе (обнаружение бесхозных вещей, подозрительных предметов и другие) и в случае террористического акта (подрыв взрывного устройства, наезд транспортного средства, попадание в заложники и другие), проведении контртеррористической операции;

раскрывать правовые основы, структуру и задачи государственной системы противодействия экстремизму и терроризму;

объяснять права, обязанности и иметь представление об ответственности граждан и юридических лиц в области противодействия экстремизму и терроризму.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства	4	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
2	Основы военной подготовки	12	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
3	Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
4	Безопасность в быту	6	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
5	Безопасность на транспорте	5	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
6	Безопасность в общественных местах	5	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	

### 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
1	Безопасность в природной среде	7	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
2	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи	7	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
3	Безопасность в социуме	7	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
4	Безопасность в информационном пространстве	7	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
5	Основы противодействия экстремизму и терроризму	6	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Предметная область	Учебный предмет	Количество часов в неделю	
		10	11
<b>Обязательная часть</b>			
Русский язык и литература	Русский язык	2	2
	Литература	3	3
Иностранные языки	Иностранный язык (английский)	3	3
Математика и информатика	Алгебра	4	4
	Геометрия	3	3
	Вероятность и статистика	1	1
	Информатика	1	1
Общественно-научные предметы	История	2	2
	Обществознание	4	4
	География	1	1
Естественно-научные предметы	Физика	2	2
	Химия	1	1
	Биология	1	1
Физическая культура	Физическая культура	2	3
Основы безопасности и защиты Родины	Основы безопасности и защиты Родины	1	1
-----	Индивидуальный проект	1	0
<b>Итого</b>		<b>32</b>	<b>32</b>
<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>			
<b>Наименование учебного курса</b>			
Элективный курс "Финансовая грамотность"		1	0
Элективный курс "Основы языкознания"		0	2
Элективный курс «Первая помощь»		1	0
<b>Итого</b>		<b>2</b>	<b>2</b>
<b>ИТОГО недельная нагрузка</b>		<b>34</b>	<b>34</b>
Количество учебных недель		34	34
Всего часов в год		1156	1156



**Календарный учебный график МБОУ «Егорьевская СОШ»  
на 2024 – 2025 учебный год**

**Среднее общее образование**

**1. Календарные периоды учебного года**

- 1.1. Дата начала учебного года: 2 сентября 2024 года.  
 1.2. Продолжительность учебного года: 10-11 классы – 34 учебные недели.  
 1.3. Дата окончания учебного года: 26 мая 2025 года – для обучающихся 10 класса, для 11 класса окончание учебного года определяется в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации  
 1.4. Продолжительность учебной недели: 5 дней.

**2. Периоды образовательной деятельности**

**Продолжительность учебных занятий по полугодиям в учебных неделях**

Учебный период	Дата		Продолжительность учебного года
	Начало	Окончание	Количество учебных недель
I полугодие	02.09.2024	29.12.2024	16
II полугодие	09.01.2025	26.05.2025	18
<b>Итого в учебном году</b>			<b>34</b>

**3. Продолжительность каникул:**

Каникулы	Начало и окончание каникул	Количество календарных дней
осенние	С 26.10.2024 по 03.11.2024	9 дней (04.11.2024 выходной день)
зимние	С 30.12.2024 по 08.01.2025	10 дней
весенние	С 26.03.2025 по 03.04.2025	9 дней

**4. Продолжительность уроков**

Период учебной деятельности	10-11 классы
Учебная неделя (дней)	5
Урок	45 минут
Перемена	10 минут, большая перемена - 30 минут

**5. Расписание звонков:**

**Расписание звонков на понедельник:**

№ урока	Время занятий для 10,11 классов	№ урока	Время занятий для 10,11 классов
1 урок	9.00-9.45	Внеурочное занятие «Разговоры о важном»	9.00-9.45
2 урок	9.55-10.40	1 урок	9.55-10.40
3 урок	11.00-11.45	2 урок	11.00-11.45
4 урок	12.05-12.50	3 урок	12.05-12.50
5 урок	13.00-13.45	4 урок	13.00-13.45
6 урок	13.55-14.40	5 урок	13.55-14.40
7 урок	14.50-15.35	6 урок	14.50-15.35

		7 урок	15.40-16.20
--	--	--------	-------------

**6. Промежуточная аттестация урочной и внеурочной деятельности в 10-11 классах** проводится с 21 апреля 2024 года по 23 мая 2025 года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета школы при условии освоения программного материала в полном объеме.

**7. Государственная итоговая аттестация выпускников, освоивших программы основного общего образования,** проводится в сроки, устанавливаемые нормативно-правовыми актами федерального и регионального уровней.

Приложение к приказу №214 от 29.08.2024г  
**Календарный план воспитательной работы**  
**на 2024 – 2025 учебный год**  
**1 – 11 классы**

№	Дела, события, мероприятия	Классы	Сроки	Ответственные
<b>1. Урочная деятельность</b>				
1	Участие в предметных олимпиадах	7-11	Октябрь - ноябрь	Учителя-предметники
2	Предметные районные олимпиады	7-11	Ноябрь-декабрь	Учителя-предметники, администрация школы, руководители ШМО
3	Участие в олимпиадах «Коала», «Русский медвежонок», «Кенгуру», «Сириус»	1-11	Январь- февраль	Руководители ШМО
4	Участие в интеллектуальных интернет-конкурсах	1-11	В течение года	Учителя-предметники
5	Участие в областной олимпиаде «Поколение 21 века»; «Инфознайка», «Пегас»	1-11	В течение года	Учителя-предметники
6	Проведение предметных недель	1-11	В течение года	Руководители ШМО
7	Включение учителями в рабочие программы по учебным предметам, курсам, модулям целевых ориентиров результатов воспитания	1-11	В течение года	Учителя-предметники
<b>2. Внеурочная деятельность</b>				
1	Экскурсии, подвижные игры на переменах	1-11	В течение года	Кл. рук-ли, рук-ль ЦДИ
2	Организация работы спортивных секций	1-11	В течение года	Учителя ФК
3	Участие в районных и школьных соревнованиях, мероприятиях	1-11	В течение года	Учителя ФК, советник
4	Тематические вечера, классные часы «Мы за ЗОЖ», Часы общения «Здоровое питание»	1-11	В течение года	Кл. рук-ли, советник по ВР
5	День здоровья (игры на свежем воздухе)	1-10	В период каникул	Кл. руководители
6	Лыжня России, смотр строя и песни, военно-спортивная игра «Зарница», «А ну-ка, парни (девушки)»	1-10	Январь, февраль	Учителя ФК, кл. рук-ли, советник по ВР
7	Работа кружков «Волейбол», «Театральный»	1-8	2 час в неделю в течение года	Руководители кружков
8	Кружок «Основы теоретических знаний по физической культуре»	8	1 ч. в неделю в течение года	Султанов С.С.
9	Легкая атлетика	4-8	3 ч. в неделю в течение года	Каратаева Н.В.
10	Кружок «Основы физической подготовки»	4	1 ч. в неделю в течение года	Каратаева Н.В.
11	Курс «Моё Оренбуржье»	1-4	2 ч	Учителя нач.классов
12	«Разговоры о важном»	1-11	1ч. в неделю - 1урок понедельник	Классные рук-ли
13	«Введение в агробизнес»	9	2 ч. в неделю в течение года	
14	«Математика для всех»	9	2 ч. в неделю в течение года	Карпова Е.В.
15	Кружок «Основы языкознания»	9, 11	2 ч. в неделю в течение года	Аманова А.З.
16	Кружок «Чудеса физики»	7, 8	2 ч. в неделю в течение года	Шултукова З.А.
17	Кружок «Основы финансовой грамотности»	8, 9	2 ч. в неделю в течение года	Куспакова Н.А.
18	Курс по профориентации «Россия – мои горизонты»	6-11	2 часа в неделю в течение года	Кутузова Ю.И.

19	Курс по профориентации «Тропинка в профессию» (в рамках классных часов)	1-5	в течение года	Классные рук-ли
20	ДОО «Мы россияне»	4-10	1 ч. в неделю в течение года	Советник по ВР, учителя начальных классов
21	Совет старшеклассников	5-10	1 ч. в неделю в течение года	Советник по ВР
22	Движение Первых (участие в акциях и проектах)	5-11	в течение года	Советник по ВР
23	Орлята России	1-4	в течение года	Учителя нач.классов
24	Разговоры о правильном питании (в рамках классных часов)	1-11	в течение года	Классные рук-ли
<b>3. Классное руководство</b>				
1	Работа по индивидуальным планам классного руководителя	1-11	В течение года	Классные рук-ли
2	Участие в общешкольных мероприятиях	1-11	В течение года	Классные рук-ли
3	Участие в предметных олимпиадах и конкурсах	1-11	В течение года	Классные рук-ли
<b>4. Основные школьные дела</b>				
1	Общешкольная линейка, поднятие флага и исполнение гимна	1-11	Сентябрь-май по понедельникам (еженедельно)	Зам.директора по ВР
2	Праздник 1 сентября «Сентябрь встречает нас у школьного порога!»	1-11	2 сентября	Советник по ВР, кл. рук-ли
3	День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом (кл.часы, мероприятия)	1-11	3 сентября	Классные рук-ли, Советник по ВР
4	Международный день распространения грамотности	1-11	8 сентября	Советник по ВР
5	Акция «Согрей теплом своей души» (поздравление пожилых людей села с Днём пожилого человека)	1-11	1 октября	Советник по ВР
6	День учителя (День самоуправления)	9-11	Октябрь	Совет старшеклассников, Советник по ВР
7	Акции, ЧО «Мы против террора», «Дети против войны»	1-11	Сентябрь, январь	Зам по ВР, кл. рук-ли
8	Неделя безопасности дорожного движения. Классные часы, беседы о поведении на дороге, в транспорте	1-4	Октябрь	Классные руководители
9	День отца (подготовка альбомов, сочинений)	1-11	16 октября	Классные руководители
10	Международный день школьных библиотек. Акция «Подари книгу библиотеке»	1-11	23 октября	Школьный библиотекарь
11	День памяти жертв политических репрессий	3-11	30 октября	Советник по ВР, классные руководители
12	День народного единства. Часы общения	1-11	4 ноября	Кл. рук-ли, Советник по ВР
13	День словаря. Выставка словарей в школьной библиотеке	1-11	22 ноября	Школьный библиотекарь
14	День матери в России (26 ноября). Мероприятия по классам	1-11	21-22 ноябрь	Классные руководители
15	День государственного герба РФ	1-11	30 ноября	Советник по ВР, кл. рук-ли, учитель истории
16	Всемирный день борьбы со СПИДом (Акция «Красная ленточка», беседы)	6-11	1 декабря	Кл. рук-ли, медработник
17	День неизвестного солдата	1-11	3 декабря	Советник по ВР
18	День героев Отечества	1-11	9 декабря	Советник по ВР
19	День Конституции РФ (общешкольная линейка)	1-11	12 декабря	Советник по ВР

20	Классные часы по БДД, БПП во время новогодних мероприятий и зимних каникул	1-11	25-29 декабря	Классные руководители
21	Новогодние мероприятия	1-11	23-26 декабря	Классные руководители
22	Мероприятия на зимних каникулах	1-11	30 декабря – 8 января	Классные руководители
23	Акция «Блокадный хлеб»	1-11	27 января	Советник по ВР, кл. рук-ли
24	День воинской славы России	1-11	2 февраля	Советник по ВР, кл. рук-ли
25	День родной школы	9, 11	1 февраля	Кл. рук-ли 9, 11 классов, ЗВР
26	День юного героя-антифашиста	3-5	8 февраля	Советник по ВР
27	День российской науки	6-11	8 февраля	Классные руководители
28	Военно-спортивная игра «Зарница»	5-10	Февраль	Султанов С.С.
29	Военно-спортивная игра «Зарничка»	1-4	Февраль	Султанов С.С.
30	Смотр строя и песни	5-9	Февраль	Султанов С.С., кл. рук-ли
31	Военно-спортивные соревнования «А ну-ка, парни!»	6-9	Февраль	Султанов С.С.
32	День защитника Отечества. Уроки мужества	1-11	17-21 февраля	Классные руководители
33	Международный день родного языка	3-8	21 февраля	Учителя-предметники
34	Международный день борьбы с наркоманией	7-11	1 марта	Соцпедагог, педагог-психолог
35	Концерт к 8 марта	1-9	Март	Советник по ВР, Совет старшекласников
36	Акция «Крымская весна» (ко Дню воссоединения Крыма с Россией)	1 - 11	18 марта	Зам по ВР, рук-ль ЦДИ
37	День детской книги	1-4	22 марта	Школьный библиотекарь
38	Единые классные часы, посвященные воспитанию толерантности и профилактике экстремизма (3 апреля)	1-11	1 – 4 апреля	Классные руководители
39	7 апреля - всемирный день здоровья. Уроки здоровья	1-11	1-7 апреля	Классные руководители
40	День космонавтики - выставка рисунков, стенгазет	1-8	12 апреля	Учитель ИЗО, кл. рук-ли
41	Праздничные мероприятия, посвященные 80-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг	1-11	В течение года	Советник по воспитанию, классные руководители
42	День славянской письменности и культуры	2-6	24 мая	Учителя-предметники
43	Праздник Последнего звонка	1-11	Май	Зам по ВР, кл. руководители
<b>5. Внешкольные мероприятия</b>				
1	Экскурсии вместе с родителями осенние, весенние «Мой край родной»	5-8	Сентябрь, октябрь, апрель, май	Классные руководители
2	Шефская помощь пожилым людям села «Тимуровский десант»	4-11	В течение года.	Классные рук-ли, рук-ль ЦДИ
3	Акция «Живи, родник!»	9	Октябрь, апрель	Классный руководитель, Советник по ВР
4	Осенний кросс	5-9	Октябрь	Султанов С.С.
5	Экскурсия в сельскую библиотеку	1-7	В течение года	Рук-ль ЦДИ
6	Реализация Пушкинской карты (выезды в театры, музеи г.Оренбурга)	7-11	В течение года	Зам по ВР, классные руководители
7	День Победы – митинг, Акции «Бессмертный полк», Вальс Победы, «Белые журавли», «Георгиевская ленточка», «Окна победы».	1-11	14 апреля – 9 мая	Зам по ВР, Советник по ВР, классные руководители
8	«День русского языка» – конкурс на лучшего чтеца стихов А.С.Пушкина (видеоролики)	1-7	6 июня	Советник по ВР, воспитатели ЛДП
9	День памяти и скорби – акция «Свеча Памяти»	1-7	22 июня	Советник по ВР, воспитатели ЛДП
10	День Государственного флага Российской Федерации (фото и видеоролики со стихами о флаге РФ)	2-8	22 августа	Советник по ВР
<b>6. Организация предметно-пространственной среды</b>				

1	Генеральная уборка классных комнат	1-11	Каждые две недели месяца	Актив класса
2	Трудовые десанты «Мы за чистый школьный двор», «Наше село самое чистое», «Чистые берега реки Каргалка»	2-11	Сентябрь, апрель	Совет старшеклассников
3	Оформление классных уголков	1-11	Сентябрь	Классные руководители
4	Оформление классных комнат, стендов ко Дню знаний, Новому году, 9 мая, Дню космонавтики	1-11	В течение года	Советник по ВР, классные руководители
<b>7. Взаимодействие с родителями</b>				
1	Работа родительских комитетов классов и школы	1-11	В течение года	Классные руководители, зам по ВР
2	Создание родительских чатов на интернет-сайте общеобразовательной организации, интернет-сообществах, групп с участием педагогов.	1-11	Функционирование в течение учебного года	Классные руководители, зам по ВР
3	Родительский всеобуч по вопросам воспитания детей	1-11	1 раз в четверть	Зам по ВР, классные руководители
4	Родительские собрания (классные и общешкольные)	1-11	1 раз в четверть	Зам по ВР, классные руководители
5	Участие родителей в общешкольных и классных мероприятиях	1-11	Согласно планам кл.руководителей	Классные руководители, зам по ВР
6	День семьи, любви и верности – флешмоб фотографий «Моя 7Я»	1-11	8 июля	Классные руководители, Советник по ВР, родители
<b>8. Самоуправление</b>				
1	Выборы Совета старшеклассников, актива классов	5-11	Сентябрь	Советник по ВР
2	Учѐба членов Совета старшеклассников	5-11	Октябрь, ноябрь, декабрь (0,5 ч. в неделю)	Советник по ВР
3	Заседания Совета старшеклассников	5-10	1 р.в месяц	Советник по ВР
<b>9. Профилактика и безопасность</b>				
1	Часы общения по профилактике ДТП	1-11	В течение года	Кл. рук-ли, учитель ОБЗР
2	Проведение инструктажей по технике безопасности на начало года, перед уходом на каникулы, при движении в автобусе	1-11	В течение года	Классные руководители
3	Составление безопасного маршрута «Дом – Школа – Дом»	1-11	2-3 сентября	Соцпедагог, классные руководители
4	Проведение исследований, мониторинга рисков безопасности и ресурсов повышения безопасности (СПТ)	7-11	Сентябрь	Педагог-психолог
5	Встречи с представителями правоохранительных органов, медицинскими работниками по профилактике безопасности жизнедеятельности	5-11	В течение года	Зам по ВР, социальный педагог
6	Рейды по проверке режима школьника	1-11	1р. в месяц	Соцпедагог, родительский комитет школы
7	Посещение школьников на дому с целью контроля режима школьника, проверки выполнения домашних заданий	1-11	По мере необходимости	Классные руководители, соцпедагог
8	Оформление «Уголков Безопасности»	1-11	Сентябрь	Классные руководители
<b>10. Социальное партнѐрство</b>				
2	День родной школы	11	Февраль	Зам по ВР, классный руководитель 11 класса
3	Международный день защиты детей (игра-путешествие)	1-9	1 июня	Дом культуры, Советник по ВР

4	Экскурсии в музеи г.Оренбурга, района.	1-9	В течение года	Классные руководители
5	«Татьянин день» (встреча со студентами – выпускниками школы);	8-9	25 января	Советник по воспитанию, Совет старшеклассников
<b>11. Профориентация</b>				
1	Создание альбома (презентации) «Профессии, которые мы выбираем»	5-7	Апрель	Классные руководители
2	Встречи с людьми различных профессий (выпускники школы)	8-11	Март	Зам по ВР
3	Участие в интернет-проектах «Проектория», «Билет в будущее»	6- 11	В течение года	Зам по ВР
4	Участие в Днях открытых дверей вузов и ссузов	9	Апрель	Классные руководители, родители

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Оренбургской области**

**Администрация МО Сакмарского района**

**МБОУ "Егорьевская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Каратаева Н.В.  
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

Кусакова Н.А.  
Протокол МС  
от 28.08.2024 г

Коптик М.В.  
Приказ № 207 от 28.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

**«Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО»**

для обучающихся 10 класса (V-я ступень)

**с. Искра 2024**



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» разработана в соответствии с требованиями Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта основного общего, среднего образования (утвержден приказом Министерства образования РФ от 17.12.2010 года № 1897), Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности, Рабочей программы по физической культуре для образовательных организаций: 10-11 классы (Автор В.И. Лях «Физическая культура») – М.: Просвещение, 2015, Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), Приказа Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Цель ВФСК «ГТО» заключается в использовании спорта и физкультуры для укрепления здоровья, воспитания гражданственности и патриотизма, гармоничного и всестороннего развития, улучшения качества жизни населения России. Таким образом, **целью** программы «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» является формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Достижение цели осуществляется в ходе решения следующих **задач**:

- 1) увеличение количества учащихся, регулярно занимающихся спортом;
- 2) увеличение уровня физической подготовленности учащихся;
- 3) формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- 4) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- 5) соблюдение рекомендаций к недельному двигательному режиму;
- 6) повышение информированности учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий;
- 7) развитие детского и детско-юношеского спорта в образовательной организации;
- 8) подготовка команд образовательной организации для выступления на Фестивалях ГТО различных уровней;
- 9) обеспечение учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

### **Актуальность.**

Одной из приоритетных задач современного общества специалисты всегда называли и называют задачу воспитания здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни, способного защитить себя и своих близких в любой жизненной ситуации. В последнее время этот вопрос всё чаще встает на повестке дня, особенно это касается молодого поколения.

В связи с этим, Министерство спорта России подписало приказ №575 от 08 июля 2014 г. о государственных требованиях к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях является актуальным и принципиальным. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет

закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи.

#### **Практическая значимость.**

Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательных организациях является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие в физкультурно-спортивных мероприятиях. Возрождение комплекса призвано способствовать повышению уровня физического воспитания, формированию здорового образа жизни, готовности к труду и обороне у подрастающего поколения.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» призвана оказать помощь в подготовке учащихся к выполнению норм ВФСК «ГТО», положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через участие в предлагаемых внеурочных занятиях.

Подготовка и непосредственно выполнение тестов ГТО позволит более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс или регресс), понимать его причины.

Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.

Внеурочная деятельность, осуществляемая в рамках программы «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО», организуется в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего образования по **спортивно-оздоровительному направлению развития личности. Формой организации деятельности** по программе «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» является спортивная секция.

Программа «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» является составной частью основной образовательной программы ООО, СОО. Срок реализации – 5 лет, адресована программа для учащихся 10-х классов и рассчитана на проведение 1 часа в неделю продолжительностью 45 минут, всего 34 часа в год. Занятия проводятся в виде тренировочных занятий по общей физической подготовке.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Личностные результаты** отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностными результатами, формируемыми при реализации «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО», являются:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

**Метапредметные результаты** отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своей деятельности и подготовки к выполнению нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

В соответствии с ФГОС ООО, СОО метапредметные результаты включают в себя универсальные учебные действия (УУД). Выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

*Регулятивные УУД:*

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности.

*Познавательные УУД:*

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

*Коммуникативные УУД:*

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

**Предметные результаты:**

**Ученик будет знать:**

- Что такое комплекс ГТО в общеобразовательной организации;
- Понятие «Физическая подготовка – основа успешного выполнения нормативов комплекса ГТО».

**Уметь:**

- владеть техникой бега на 30м, 60 м, 100 м;
- владеть техникой челночного бега;
- прыгать в длину с места, через препятствия;
- бегать на длинные дистанции: 1 км, 2 км, 3 км, 5 км;
- выполнить технику лыжных ходов, спусков, торможений и подъёмов, передвигаться и бегать на лыжах;
- подтягиваться, отжиматься;

- поднимать туловище в положении лежа за 1 минуту;
- метать мяч (снаряд);
- выполнить наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- стрелять из пневматической винтовки.

**Учащиеся будут уметь демонстрировать:**

- максимальный результат при сдаче норм ГТО.

**Основным инструментарием для оценивания результатов** является Приказ Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание рабочей программы «Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО» состоит из двух разделов: «Теория ВФСК «ГТО»» и «Физическое совершенствование».

### V СТУПЕНЬ

**Теория ВФСК «ГТО».**

Возрождение ВФСК «ГТО». Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауз.

**Физическое совершенствование.**

**Упражнения для развития скоростно-силовых способностей:** бег с ускорением от 30 до 60 м; техника высокого и низкого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м); эстафетный бег; челночный бег 3x10 м; прыжок в длину с места, прыжки через препятствия; техника метания малого мяча на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 5-6 м.

**Упражнения для развития выносливости:** бег в равномерном темпе от 7 до 10 минут, бег на длинные дистанции (1000 м, 2000 м), бег на лыжах от 3 до 8 км, бег на лыжах на результат (2 км, 3 км), техника выполнения лыжных ходов, спусков, торможений и подъёмов, прыжки на скакалке до 3 минут.

**Упражнения для развития силы:** сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки), отжимания на брусьях, приседания, поднимание туловища в положении лёжа за 1 минуту, поднимание ног в висе на гимнастической стенке, броски набивных мячей 2 кг.

**Упражнения для развития координационных способностей:** метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м, стрельба из пневматической винтовки.

**Упражнения для развития гибкости:** наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперёд в положении сидя, с помощью партнёра, выпады вперёд и в сторону, полушпагат.

**Соревнования:** выполнение контрольных нормативов, предусмотренных в 4 ступени ВФСК «ГТО» – Летний фестиваль ГТО, Зимний фестиваль ГТО, стартовый контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

<b>МОДУЛЬ «СПОРТ»</b>					
<b>Раздел: Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО</b>					
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	34	1	32	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
Итого по курсу		34			

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

<b>МОДУЛЬ «СПОРТ» (Элективный курс)</b>						
<b>Раздел: Прикладная физическая подготовка ВФСК ГТО</b>						
№	ТЕМА				ДАТА	Электронные ресурсы
1.	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
2	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
3	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30 м, 60 м или 100 м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
4	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30 м, 60 м или 100 м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
5	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30 м, 60 м или 100 м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
6.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000 м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
7.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000 м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>

8.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
9.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5 км	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
10.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1	1	0		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
11.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
12.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16 кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
13.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
14.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	1	1	0		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
15.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
16.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	1	0		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
17.	Правила и техника выполнения норматива	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>

	комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км					
18.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
19.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
20.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
21.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
22.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
23.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150 г, 500 г (д), 700 г (ю)	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
24.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150 г, 500 г (д), 700 г (ю)	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
25.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
26.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
27.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>

	(пневматика или электронное оружие)					
28.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
29.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
30.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
31.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
32.	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 5-6 ступени	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
33.	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 5-6 ступени	1	1	0		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
34.	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 5-6 ступени	1	0	1		<a href="https://100ballnik.com">https://100ballnik.com</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО КУРСУ		34				

### 1. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Имеется в наличии	Необходимо приобрести
<b>Список литературы для педагога:</b>			
1.	Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897).	1	-



2.	Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: уч. пос. для общеобразоват. Организаций/ В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2015.	1	-
3.	Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 5-9 класс.	1	-
4.	Требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	-
<b>Список литературы для учащихся:</b>			
1.	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
2.	Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»		-
<b>Специализированный программно-аппаратный комплекс педагога:</b>			
1.	Персональный компьютер с предустановленным программным обеспечением (Операционная система Windows, MSOffice для создания, обработки и редактирования электронных таблиц, текстов и презентаций)	1	-
2.	Копировально-множительная техника (многофункциональное устройство для сканирования и печати)	1	-
<b>Измерительные приборы:</b>			
	Компрессор для накачивания мячей	0	1
	Секундомер	2	-
	Вертикальная шкала для измерения глубины наклона	2	-
	Пульсометр	0	1
	Весы медицинские с ростомером	0	1
	Аптечка медицинская	1	-
<b>Спортивное оборудование:</b>			
	Брусья гимнастические	1	-
	Перекладина гимнастическая	2	-
	Скамейка гимнастическая	3	-
	Стенка гимнастическая	6	-
	Маты гимнастические	4	-
	Маты поролоновые	8	-
	Скамейка атлетическая наклонная	0	1
	Гантели наборные	0	10
	Мяч набивной 1 кг	10	-
	Мяч набивной 2 кг	0	10
	Мяч набивной 5 кг	0	10
	Мяч малый 150 г	30	-
	Мяч теннисный	30	-
	Скакалка гимнастическая	30	-
	Палка гимнастическая	30	-
	Планка для прыжков в высоту	2	-
	Стойка для прыжков в высоту	4	-
	Рулетка измерительная 10 м	1	-

	Номера нагрудные	10	-
	Табло перекидное	1	-
	Лыжи (с креплением, палками)	20	-
	Лыжные ботинки	20	-
	Эстафетные палочки	6	-
	Конусы (оранжевые)	16	-
	Фишки	50	-
	Флажки стартовые	2	-
	Винтовка пневматическая	8	-
	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	1	-
<b>Цифровые ресурсы:</b>			
	<a href="http://www.gto.ru">http://www.gto.ru</a> – Автоматизированная информационная система (АИС) ГТО.		
	<a href="http://school30.myl.ru">http://school30.myl.ru</a> – сайт МОУ «СОШ № 30» г. Сыктывкара		
	<a href="http://sgpk.rkomi.ru/gto/">http://sgpk.rkomi.ru/gto/</a> - сайт Регионального центра тестирования ГТО		
	<a href="https://giseo.rkomi.ru/">https://giseo.rkomi.ru/</a> - ресурс для дистанционных форм обучения		
	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a> – Образовательный портал «Российской образование»		