

## Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс

Программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год.

Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профил. уровни/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т.Смирнова; изд-во «Просвещение»

### Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (18 часов)

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)
2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (4 ч)
3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера (2 ч)
4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа)
5. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (2 часа)
6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ (1 час)
7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 час)
8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (1 час)
9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 час)

### Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (3 часа)

1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных болезней (1 час)
2. Здоровый образ жизни и его составляющие (2 часа)

### Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (12 часов)

1. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны (2 часа)
2. Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества (1 час)
3. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации (2 часа)
4. Боевые традиции Вооруженных Сил России (1 час)
5. Размещение и быт военнослужащих (1 час)
6. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда (1 час)
7. Организация караульной службы (1 час)
8. Строевая подготовка (1 час)
9. Огневая подготовка (1 час)

### Тематическое планирование (34 часа)

#### 10 класс

№ урока	Тема	Основной материал	Домашнее задание
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (18 часов)</b>			
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (10 ч)</b>			
<b>Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 ч)</b>			
1	Автономное пребывание человека в природной среде.	Возможные причины попадания человека в условия автономного существования, меры профилактики. Первоочередные действия потерпевших бедствие.	§ 1 воп 1-3 зад. с.8
2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.	Отработка правил ориентирования, движения по азимуту, обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.	§ 2 зад.4,

3	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	Основные причины ДТП. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.	ПДД § 3 воп. 1-4 зад.1, 3
4	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	Обсуждение возможных ситуаций на улице, в общественных местах, на массовом мероприятии, в транспорте, подъезде дома, лифте.	§ 4 зад.1-3 доп.материал

### **Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (4 ч)**

5	Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия	Землетрясения, сход оползней, селей, обвалов, лавин. Возникновение ураганов, бурь, смерчей. Наводнения и природные пожары.	схема «Виды ЧС» § 5 воп.3
6	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	Правила поведения во время землетрясения, сходе оползней, селей, обвалов, лавин, при возникновении ураганов, бурь, смерчей, при наводнении и природных пожарах. Отработка практических навыков безопасного поведения.	§ 6
7	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия	Пожары и взрывы. Аварии с выбросом химических и радиоактивных веществ. Гидродинамические и транспортные аварии.	Выводы с.40 § 7 воп.1-4
8	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	Правила поведения при пожарах и взрывах, при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ, при гидродинамических и транспортных авариях. Отработка практических навыков безопасного поведения.	§ 8 воп.1,2

### **Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера (2 ч)**

9	Военные опасности и военные угрозы РФ в современном мире, оборона страны	Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.	§ 9 воп.1-3 сообщения по зад.1,2
10	Характерные черты и особенности современных военных конфликтов	Вооруженный конфликт, военный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война	§ 10 воп.1,4

### **Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций (2 ч)**

### **Глава 4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа)**

11	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях	Конституция РФ, ФЗ «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от ЧС», «О пожарной безопасности», «О ГО», «О безопасности дорожного движения», «О противодействию терроризму» и др. Краткое содержание, права и обязанности граждан.	§ 11 таблица ФЗ сообщ. по зад.1,2
12	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи	История создания РСЧС, предназначение, структура, цели и задачи, органы управления. Силы и средства РСЧС.	Выводы 1-4

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 часов)**

#### **Глава 5. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (2 часа)**

13	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.	Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Пути распространения экстремистских идей. Основные факторы риска. Способы профилактики.	§ 13 сообщ-я по зад.1,2 § 14 доп.мат.
14	Экстремизм и экстремистская деятельность Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности	Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения, если подвергались нападению с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке. О порядке приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону. Законы и акты, направленные на защиту от экстремизма и терроризма Основные статьи Уголовного кодекса и виды наказаний для террористов, экстремистов	§ 15, выводы § 16 воп.1-4

#### **Глава 6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ (1 час)**

15	Положения Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности» Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.	Конституция РФ, Концепция противодействия терроризму в РФ. Федеральные законы «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности» Национальная безопасность. Политика государства для ее обеспечения: меры и законодательные акты.	§ 17 - § 18
----	---	---	-------------

#### **Глава 7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 час)**

16	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления	Нравственные качества личности. Гражданская позиция в борьбе с терроризмом.	§ 19 - §20
<b>Глава 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (1 час)</b>			
17	Уголовная ответственность за террористическую деятельность Ответственность за осуществление экстремистской деятельности	Уголовный кодекс РФ	§ 21 - §22
<b>Глава 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 час)</b>			
18	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Рекомендации при угрозе террористического акта	§ 23
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (3 часа)</b>			
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 часа)</b>			
<b>Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных болезней (1 час)</b>			
19	Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Антигены и антитела. Иммунная реакция организма. Распространённые инфекционные заболевания. Внешние признаки инфекционных заболеваний. Способы профилактики.	§ 24-25
<b>Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие (2 часа)</b>			
20	Здоровый образ жизни Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности. Рациональное питание, режим труда и отдыха. Двигательная активность, физическая культура и закаливание.	§ 26 - § 27
21	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя, наркомании и токсикомании.	§ 28 - §29
<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (12 часов)</b>			
<b>Раздел 5. Основы обороны государства (6 часов)</b>			
<b>Глава 12. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны (2 часа)</b>			

22	<p>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны</p> <p>Основные виды оружия и их поражающие факторы</p> <p>Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p>	<p>История создания, предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ, силы и средства ГО.</p> <p>Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.</p> <p>Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.</p> <p>Система оповещения, способы оповещения. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!», действия населения по сигналам оповещения. Защитные сооружения ГО, предназначение и виды.</p> <p>Правила поведения в защитных сооружениях.</p>	<p>§ 30 зад. 1-3 на выбор одно, воп.1-4</p> <p>§ 31 воп.1-4</p> <p>зад.1-4</p> <p>§ 32 зад.1-3</p>
23	<p>Средства индивидуальной защиты.</p> <p>Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.</p> <p>Организация ГО в общеобразовательном учреждении.</p>	<p>Средства защиты органов дыхания, кожи, правила их использования.</p> <p>Медицинские средства защиты.</p> <p>Предназначение и содержание работ.</p> <p>Организация санитарной обработки населения после пребывания их в зоне заражения. Задачи обучения в области ГО, формы обучения. План ГО.</p>	<p>§ 34</p> <p>§ 35 зад.1-4 с.186</p> <p>п.6.2</p> <p>§ 36 зад.1,4 с.190</p>
<b>Глава 13. Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества (1 час)</b>			
24	<p>История создания Вооруженных Сил РФ.</p> <p>Памяти поколений – дни воинской славы России.</p> <p>Состав Вооруженных Сил РФ.</p> <p>Руководство и управление ВС РФ</p>	<p>Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, создание регулярной армии.</p> <p>Военные реформы во 2 половине XIXв., создание массовой армии.</p> <p>Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории гос-ва. Формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях.</p> <p>Виды и рода войск, история их создания.</p> <p>Предназначение различных родов войск.</p> <p>Сухопутные, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, космические войска.</p>	<p>§ 37 сообщ-я зад.1,4</p> <p>§ 38 зад.2,4</p> <p>Сообщения о победных днях</p> <p>§ 39 воп.1-3</p> <p>схема</p> <p>зад.1-4</p>
<b>Глава 14. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации (2 часа)</b>			
25	<p>Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.</p> <p>Воздушно-космические силы. Их состав и предназначение.</p> <p>Военно-морской флот. Его состав и предназначение.</p> <p>Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ.</p>	<p>Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск.</p> <p>Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение.</p> <p>Вооружение и военная техника.</p>	<p>§ 40 схема</p> <p>зад.1-4</p> <p>§ 41,42 схема</p>

26	<p>Ракетные войска стратегического назначения, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.</p> <p>Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.</p> <p>Другие войска, воинские формирования и органы, привлекаемые к обороне страны.</p>	<p>Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение.</p> <p>Вооружение и военная техника.</p> <p>Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.</p> <p>Пограничные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. Внутренние войска МВД.</p>	<p>§ 43 схема воп.4</p> <p>§ 44 зад.1-4</p> <p>§ 45 воп.4 схема зад.1-3</p>
<p><b>Глава 15. Боевые традиции Вооруженных Сил России (1 час)</b></p>			
27	<p>Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.</p> <p>Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.</p>	<p>Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.</p> <p>Понятие о боевых традициях, героизме, мужестве, воинской доблести и чести.</p> <p>Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни.</p>	<p>Рефераты о героях России воп.</p> <p>Воп.3,4 зад.1-3</p>
<p><b>Раздел 6. Основы военной службы (6 часов)</b></p>			

<b>Глава 16. Размещение и быт военнослужащих (1 час)</b>			
28	Размещение военнослужащих Распределение времени и повседневный порядок Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих	Особенности повседневного порядка. Меры по укреплению здоровья военнослужащих. Режим дня. Питание.	48-50
<b>Глава 17. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда (1 час)</b>			
29	Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного по роте Обязанности дневального по роте	Наряд – что это такое. Обязанности, находящихся в наряде.	51-53
<b>Глава 18. Организация караульной службы (1 час)</b>			
30	Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.	Караульная служба и ее особенности	54-56
<b>Глава 19. Строевая подготовка (1 час)</b>			
31	Строй и управление ими. Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении	Строевая подготовка. Общие положения.	57-62
<b>Глава 20. Огневая подготовка (1 час)</b>			
32	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приемы и правила стрельбы из автомата.	Особенности огневой подготовки. Техника безопасности при стрельбе.	63-65
<b>Глава 21. Тактическая подготовка (1 час)</b>			
33	Современный бой. Обязанности солдата в бою.	Особенности современного боя.	66-67
34	<b>Итоговое повторение (1 час)</b>	Тестирование по всем темам	