

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

 Среднего общего образования\_\_\_\_\_\_\_

по Основам безопасности жизнедеятельности в 10 классе

Составитель

Савин Евгений Михайлович

учитель физической культуры и ОБЖ

2020/2021 учебный год

**Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса**

ФГОС среднего общего образования устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета:

– личностным;

– метапредметным;

– предметным.

В таблице 1 представлены планируемые результаты – личностные и метапредметные по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

*Таблица 1*

**Планируемые личностные и метапредметные результаты освоения учебного предмета, курса на базовом уровне**

|  |
| --- |
| Планируемые результаты |
| Личностные | Метапредметные |
| 10 класс / 1 год обучения |
| - усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности. | - умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач:- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью;- владение навыками познавательной рефлексии для определения познавательных задач и средств их достижения;* - владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.
 |
|  |  |

В таблице 2 представлены планируемые предметные результаты по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

*Таблица 2*

**Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета, курса на базовом уровне**

|  |
| --- |
| **Планируемые результаты** |
| **Предметные** |
| **Выпускник научится** | **Выпускник получит возможность научиться** |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_10\_\_\_\_\_\_класс / \_\_\_\_\_\_1\_\_\_ год обучения |
| **Основы комплексной безопасности**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;действовать согласно указанию на дорожных знаках;пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 10.11.2011 N 2643)оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте; пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.**Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации; вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.**Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности; распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;распознавать симптомы употребления наркотических средств;описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.**Основы здорового образа жизни**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;описывать факторы здорового образа жизни;объяснять преимущества здорового образа жизни;объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека; раскрывать сущность репродуктивного здоровья;распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.**Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности; оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;отличать первую помощь от медицинской помощи; распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;оказывать первую помощь при неотложных состояниях;вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;классифицировать основные инфекционные болезни;определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.**Основы обороны государства**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России; приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей; раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;оперировать основными понятиями в области обороны государства;раскрывать основы и организацию обороны РФ;раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;характеризовать историю создания ВС РФ;описывать структуру ВС РФ;характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;распознавать символы ВС РФ;приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.**Правовые основы военной службы**Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе; оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;раскрывать организацию воинского учета;комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;описывать основание увольнения с военной службы;раскрывать предназначение запаса;объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе; раскрывать предназначение мобилизационного резерва;объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.**Элементы начальной военной подготовки**Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;выполнять строевые приемы и движение без оружия;выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки; описывать порядок хранения автомата;различать составляющие патрона;снаряжать магазин патронами;выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;описывать явление выстрела и его практическое значение;объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;выполнять изготовку к стрельбе;производить стрельбу;объяснять назначение и боевые свойства гранат;различать наступательные и оборонительные гранаты;описывать устройство ручных осколочных гранат; выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;объяснять предназначение современного общевойскового боя;характеризовать современный общевойсковой бой;описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;выполнять приемы «К бою», «Встать»;объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;передвигаться по азимутам;описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);применять средства индивидуальной защиты;действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.**Военно-профессиональная деятельность**Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.  | **Основы комплексной безопасности**Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .**Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.**Основы обороны государства**Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.**Элементы начальной военной подготовки**Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).**Военно-профессиональная деятельность**Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**10 класс**

**Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства**

**Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания**

Культура безопасности жизнедеятельности человека в со- временной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медикобиологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

**Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства**

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

**Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях**

 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и тер- риторий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и тер- риторий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

**Раздел 2. Военная безопасность государства**

**Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность**

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной за- щиты органов дыхания и кожи.

**Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз**

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания**

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

**Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях**

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и по- рядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

**Тематическое распределение часов:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № раздела |  Наименование раздела | Количество часов | Контрольные работы |
| **10 класс** |
| **Раздел 1** | **Научные основы обеспечения****Безопасности жизнедеятельности****человека в современной среде обитания.** | **5** |  |
| 1 | Культура безопасности жизнедеятельностичеловека в современной среде обитания. | 1 |  |
| 2 | Междисциплинарные основы теориибезопасности жизнедеятельности. | 1 |  |
| 3 | Экологические основы безопасностижизнедеятельности человека в средеобитания. | 1 |  |
| 4 | Медико-биологические основы безопасностижизнедеятельности человека в средеобитания | 1 |  |
| 5 | Психологические основы безопасностижизнедеятельности человека в средеобитания | 1 |  |
| **Раздел 2** | **Законодательные основы обеспечения****Безопасности личности, общества,****государства.** |  |  |
| 6 | Права и обязанности государства и гражданРоссии по обеспечению безопасностижизнедеятельности. | 1 |  |
| 7 | Защита национальной безопасностигосударства от военных угроз. | 1 |  |
| 8 | Защита личности, общества, государства отугроз социального характера | 1 |  |
| 9 | Противодействие экстремизму. | 1 |  |
| 10 | Противодействие терроризму, наркотизму вРоссийской Федерации | 1 |  |
| **Раздел 3** | **Организационные основы защиты****населения и территорий России в****чрезвычайных ситуациях.** | 1 |  |
| 11 | Единая государственная системапредупреждения и ликвидации чрезвычайныхситуаций (РСЧС). | 1 |  |
| 12 | Основные мероприятия РСЧС и гражданскойобороны по защите населения и территорий вчрезвычайных ситуациях. | 1 |  |
| 13 | Защита населения и территорий отчрезвычайных ситуаций природногохарактера. | 1 |  |
| 14 | Защита населения и территорий отчрезвычайных ситуаций техногенногохарактера. | 1 |  |
| 15 | Чрезвычайные ситуации на инженерныхсооружениях, дорогах, транспорте.Страхование. | 1 |  |
| **Раздел 4** | **Чрезвычайные ситуации военного****характера и безопасность.** |  |  |
| 16 | Защита населения и территорий от военнойопасности, оружия массового поражения исовременных обычных средств поражения. | 1 |  |
| 17 | Защита населения и территорий отрадиационной опасности. | 1 |  |
| 18 | Средства коллективной защиты от оружиямассового поражения. | 1 |  |
| 19 | Защита населения и территорий отбиологической и экологической опасности. | 1 |  |
| 20 | Средства индивидуальной защиты органовдыхания и кожи | 1 |  |
|  | **Вооруженные Силы Российской****Федерации на защите государства от****военных угроз.** | 1 | 1 |
| 21 | Вооруженные Силы Российской Федерации:организационные основы. | 1 |  |
| 22 | Состав Вооруженных Сил РоссийскойФедерации. | 1 |  |
| 23 | Воинская обязанность и военная служба. | 1 |  |
| 24 | Права и обязанности военнослужащих. | 1 |  |
| 25 | Боевые традиции и ритуалы ВооруженныхСил Российской Федерации. | 1 |  |
|  | **Факторы риска нарушения здоровья:****инфекционные и неинфекционные заболевания.** |  |  |
| 26 | Медицинское обеспечение индивидуальногои общественного здоровья. | 1 |  |
| 27 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 1 |  |
| 28 | Инфекционные заболевания: их особенностии меры профилактики. | 1 |  |
| 29 | Факторы риска неинфекционныхзаболеваний и меры их профилактики | 1 |  |
| 30 | Профилактика заболеваний, передающихсяполовым путем |  |  |
|  | **Оказание первой помощи при****Неотложных состояниях.** |  |  |
| 31 | Первая помощь при неотложных состояниях:закон и порядок. | 1 |  |
| 32 | Правила оказания первой помощи притравмах. Первая помощь при ушибах, растяжениисвязок, вывихах, переломах. | 1 |  |
| 33 | Первая помощь при кровотечениях, ранениях. | 1 |  |
| 34 | Первая помощь: сердечно - легочнаяреанимация. | 1 |  |