***Цели и задачи, решаемые при реализации программы:***

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней (полной) общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

* ***освоение знаний*** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;
* ***овладение умением*** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;
* ***развитие*** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
* ***воспитание*** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках**.**

**Учебно-методическое обеспечение.**

* Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / Ким С.В., Горский В.А. 2019. – 320 с. : ил.
* Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
* Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
* Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
* Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

На изучение курса «ОБЖ» в 10 классе по учебному плану МКОУ «СОШ с.

Красносельского» выделяется 35 часов, из расчета 1 час в неделю.

**2. Содержание учебного предмета**

**1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях (11 часов)**

**1.1. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА**

Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного пове­дения при извержении вулкана.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Пра­вила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала.

Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила без­опасного поведения при заблаговременном оповещении о приближе­нии урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного по­ведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведе­ния при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характе­ристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

**1.2. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА**

Понятие о промышленных авариях и катастрофах. Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика. Пожаровзрывоопасные объекты. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Химически опасные объекты производства. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Защита населения от АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасных химических веществ.

Аварии на радиационно опасных объектах. Правила безопасного поведения при радиационных авариях.

Гидродинамические аварии. Правила безопасного поведения при угрозе и в ходе гидродинамической аварии.

Основные положения Законов Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техно­генного характера», «О пожарной безопасности», «О радиационной безопасности».

**1.3. СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯ**

Ядерное оружие и его боевые свойства. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва: ударной волны, светового излучения, проникающей радиации, радиоактивного заражения мест­ности, электромагнитного импульса. Особенности поражающего дей­ствия нейтронного боеприпаса. Очаг ядерного поражения. Зоны раз­рушений, пожаров, радиоактивного заражения местности. Общее по­нятие о дозе облучения. Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении. Правила поведения (проживания) на местности с повышенным радиационным фоном. Оказание самопо­мощи (взаимопомощи) при радиационных поражениях. Частичная санитарная обработка. Дезактивация одежды и обуви.

Химическое оружие, способы и признаки его применения. Клас­сификация боевых токсичных химических веществ (БТХВ) по пред­назначению и воздействию на организм. Бинарные химические бое­припасы. Очаг химического поражения. Зоны химического зараже­ния. Способы защиты от БТХВ. Действия населения при оповещении о химическом заражении. Правила поведения в зоне химического за­ражения. Оказание самопомощи (взаимопомощи) при поражении боевыми токсичными химическими веществами. Частичная санитар­ная обработка. Дегазация одежды и обуви.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Способы и призна­ки его применения. Краткая характеристика основных видов бактери­ологических средств. Очаг бактериологического поражения. Опасные и вредные вещества микробиологических производств. Источники инфекций. Инфекционные болезни. Меры по предотвращению рас­пространения и локализации инфекций среди населения. Правила поведения и действия населения в очаге инфекционного заболевания. Понятие о карантине и обсервации.

Современные обычные средства поражения. Осколочные, шари­ковые, фугасные боеприпасы и высокоточное оружие. Боеприпасы объемного взрыва. Зажигательное оружие.

**1.4. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА**

Основные положения Федерального закона Российской Федера­ции «О гражданской обороне». Основные понятия и определения, за­дачи гражданской обороны. Структура и органы управления граждан­ской обороной. Оповещение и информирование населения об опас­ностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражаю­щих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны: убежище, противора­диационное укрытие. Предназначение защитных сооружений граж­данской обороны. Системы жизнеобеспечения. Правила поведения в защитных сооружениях. Простейшие укрытия. Открытая и перекры­тая щели. Назначение, защитные свойства, порядок сооружения и особенности их использования. Средства индивидуальной защиты. Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия. Простейшие и подручные средства защиты. Сред­ства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивиду­альной защиты кожи. Приборы радиационной разведки и дозиметри­ческого контроля. Виды ионизирующих излучений. Методы обнару­жения ионизирующих излучений. Классификация дозиметрических приборов. Единицы измерения уровней и доз радиации. Тактико-тех­нические данные приборов радиационной разведки и доиметрическо-го контроля, принципы их работы. Приборы химической разведки. Принципы обнаружения боевых токсичных химических веществ. Предельно допустимые концентрации химических веществ. Тактико-технические данные приборов химической разведки, принципы их работы. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, прово­димые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное со­держание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

**1.5. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА**

Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве залож­ника. Безопасное поведение заложников при освобождении сотруд­никами спецслужб. Правила безопасного поведения в толпе. Психо­логическая картина толпы. Поведение толпы при возникновении па­ники. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории воен­ных действий. Профилактика нападения и самозащита при нападе­нии хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приемы са­мозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Основные виды мошенничества, которые наиболее часто встречаются в повседневной жизни. Правила защиты от мошен­ников.

**1.6. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СЛУЖБЫ ПО ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ГРАЖДАН**

Основные направления деятельности государственных организа­ций и ведомств Российской Федерации по охране здоровья и безопас­ности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Милиция Рос­сийской Федерации — система государственных органов исполни­тельной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собствен­ности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой ме­дицинской помощи.

Другие государственные службы, действующие в области безопас­ности.

**2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 часов)**

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здо­ровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здо­ровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь и его влия­ние на здоровье человека, социальные последствия употребления алко­голя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркома­ния и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные по­следствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Реп­родуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и об­щества. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

**3. Основы военной службы (19 часов)**

**3.1. ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ**

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV— XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Во­енная реформа Петра 1. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Воору­женных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

**3.2. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ**

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооружен­ных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: ис­тория создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Си­лы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназ­начение, структура. Функции и основные задачи современных Воору­женных Сил России, их роль и место в системе обеспечения наци­ональной безопасности. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Рос­сийской Федерации, железнодорожные войска Российской Федера­ции, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

**3.3. ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ**

Основные понятия о воинской обязанности. Организация воин­ского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граж­дан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ор­ганизация медицинского освидетельствования граждан при первона­чальной постановке на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданин к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные на­правления добровольной подготовки граждан к военной службе. За­нятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополни­тельным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных уч­реждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по про­граммам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образо­вательных учреждениях высшего профессионального образования.

Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту. Ос­новные условия прохождения военной службы по контракту. Требова­ния, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, направленным для прохождения альтернативной гражданской службы. Особенности прохождения альтерна­тивной гражданской службы.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к мораль­ным, индивидуально-психологическим и профессиональным качест­вам гражданин. Виды воинской деятельности и их особенности. Осо­бенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывников. Основные понятия о психологической сов­местимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Общие права и обязанности военнослужащих. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Россий­ской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, при­казы командиров и начальников. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и мат­росов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответ­ственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между воен­нослужащими, самовольное оставление части и др.).

Соблюдение норм международного гуманитарного права.

**3.4. БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ И СИМВОЛЫ ВОИНСКОЙ ЧЕСТИ**

Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и под­разделений. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бое­вых действиях и повседневной деятельности.

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

**3.5. ОСНОВЫ ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ**

Военно-профессиональная ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Классы сходных воинских должностей. Командные воинские должности. Основные виды военных образова­тельных учреждений профессионального образования. Порядок под­готовки и поступления в военные образовательные учреждения про­фессионального образования. Формирование психологической готов­ности к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего професси­онального образования.

Формирование психологической готовности заниматься военно-прикладными видами спорта.

**3.6. ОСНОВЫ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ**

Строи и его элементы. Строевая стойка, повороты на месте. Дви­жение строевым шагом. Повороты в движении. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход из строя. Подход и отход от на­чальника. Ответ на приветствие. Построение отделения в развернутый и походный строй. Перестроения отделения.

**3.7. ОСНОВЫ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ**

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип рабо­ты автомата. Последовательность неполной разборки и сборки авто­мата. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов автомата. Подготовка автомата к стрельбе. Снаряжение магазина пат­ронами и заряжание автомата. Порядок чистки и смазки автомата, его хранение.

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип дейст­вия ручных гранат. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.

Малокалиберная винтовка и ее устройство. Порядок ее заряжа­ния. Меры безопасности при обращении с винтовкой.

**3.8. ОСНОВЫ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

Понятие общевойскового боя. Обязанности солдата в бою. Виды огня и маневра. Основы ведения разведки. Боевые характеристики ос­новных танков, бронемашин, боевых самолетов и вертолетов ино­странных армий. Передвижение на поле боя. Выбор огневой позиции. Ориентирование на местности. Движение по азимутам.

**3.9. ОСНОВЫ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

*Занятие специальными упражнениями (упражнения на специальных снарядах, преодоление полос препятствий, плавание, марш-броски, спор­тивное ориентирование и др.), формирующие качества личности, необ­ходимые на военной службе (эмоциональную устойчивость, смелость, ре­шительность, готовность к перегрузкам, укачиванию, умение действо­вать в условиях физического и психологического напряжения и др.).*

*Нормативы физической подготовленности обучающихся (аналогичны требованиям, предъявленным к военнослужащим первого года службы по призыву).*

**4. Современный комплекс проблем безопасности**

Сферы жизнедеятельности человека и проблемы его безопасности в современном мире. Проблемы безопасности жизнедеятельности, связанные с развитием человеческой цивилизации на планете, имею­щей ограниченные ресурсы. Проблемы безопасности жизнедеятель­ности, вызванные достижениями современных технологий и их влия­нием на окружающую среду. Мировая динамика развития экономики и национальная безопасность. Основные подходы к разрешению конфликтных ситуаций в мире. Проблемы национальной безопаснос­ти России. Основные положения Концепции национальной безопас­ности России.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**(10 КЛАСС)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ раздела и темы** | **Наименование раздела и темы** | **Количество часов** | | |
| **Раздел** | **Тема** | Практичес  кие |
| **I** | **Основы безопасности личности, общества и государства.** | **11** |  |  |
| 1 | **Основы комплексной безопасности** |  | 4 |  |
| 2 | **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного ха­рактера** |  | 1 |  |
| 3 | **Основы противодействия терроризму и экстре­мизму в Российской Федерации** |  | 5 | 1 |
| **II** | **Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни** | **5** |  |  |
| 3 | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний  Контрольная работа № 1-3 |  | 1 |  |
| 4 | Основы здорового образа жизни |  | 3 | 1 |
| **III** | **Обеспечение военной безопасности государства** | **19** |  |  |
| 6 | Основы обороны государства  Зачет по теме 5 |  | 11 | 1 |
| 7 | Основы военной службы |  | 6 | 1 |
| **Всего часов** | | **35** | | |

**3.Планируемые результаты.**

В результате изучения предмета основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе обучающиеся получат возможность научится:

* основным составляющим здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
* потенциальным опасностям природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
* основным задачам государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* предназначению, структуре и задачам РСЧС;
* предназначению, структуре и задачам гражданской обороны;
* основам российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
* порядоку первоначальной постановки на воинский учет, медицин­ского освидетельствования, призыва на военную службу;
* истории Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воин­ской славы России;
* составу и предназначению Вооруженных Сил Российской Федера­ции;
* основным правам и обязанностям граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
* основным видам военно-профессиональной деятельности; особен­ности прохождения военной службы (по призыву и по контракту) и альтернативной гражданской службы;
* нормам международного гуманитарного права;
* требованиям, предъявляемым к уровню подготовленности при­зывников;
* основным видам воинской деятельности;
* строи отделения и порядок управления ими;
* назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
* правилам ухода за автоматом, порядок его хранения и сбережения;
* правилам подготовки автомата к стрельбе;
* приемам и правила стрельбы из автомата;
* основам современного общевойскового боя;
* общим обязанностям солдата в бою;
* основным способам передвижения солдата в бою;
* способам ориентирования на местности и движения по азимутам;
* основным целям и задачам военно-профессиональной ориентации;
* государственным и военным символам Российской Федерации;
* боевым традициям Вооруженных Сил России;
* классам сходных воинских должностей;
* общим требования к безопасности военной службы;
* порядоку обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;
* общей организации подготовки офицерских кадров для Воору­женных Сил Российской Федерации и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
* правилам безопасности при обращении с оружием и при организа­ции учебных стрельб;
* средствам массового поражения и их поражающие факторы;
* защитным сооружения гражданской обороны и правила их ис­пользования;
* порядоку размещения и условия быта военнослужащих;
* применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защи­ты