





МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ КАДЕТСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ
«АМУРСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
ГЕНЕРАЛ-МАЙОРА Ю.В.КУЗНЕЦОВА»
(ГООУ АО «Амурский кадетский корпус имени Героя Советского Союза генерал-майора Ю.В. Кузнецова»)

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей
гуманитарного цикла
Руководитель МО
 Е.М. Якунина
Протокол № 6
от «04» июня 2021 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по
УМР  Е.А. Мешкова
«04» июня 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
ГООУ АО «Амурский кадет-
ский корпус имени Героя
Советского Союза генерал-
майора Ю.В.Кузнецова»
№ 232 от 17.08.2021 г.
Протокол пед.совета
№ 9 от «04» июня 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Классы: 10

Уровень образования: среднее общее образование

Срок реализации программы - 2021/22 гг.

Количество часов по учебному плану: всего – 34 ч/год; 1ч/неделю

Планирование составлено на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (Приказ Минобрнауки РФ от 17.05.2012 №413);
- Авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности 10–11 классы», авторы А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников с учетом примерной программы среднего общего образования по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- Основной образовательной программы основного общего образования ГООУ АО «Амурский кадетский корпус имени Героя Советского Союза генерал-майора Ю.В. Кузнецова».

Учебник:

Учебник для 10 классов (под редакцией А. Т. Смирнова), учебное пособие для общеобразова-
вательных организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. 2-е изд. - М: Просвещение,
2016.

Рабочую программу составил Фёдоров Владимир Анатольевич, учитель основ безопасно-
сти жизнедеятельности

2021

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Реализация программы позволит сформировать у кадет цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в РФ в области безопасности жизнедеятельности; поможет в определенной степени определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и потребностей.

При изучении предмета обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- 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 предпочтений с учетом устойчивых познавательных 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 личного 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 ее 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.

Метапредметные результаты:

- 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 ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, 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 приемов 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.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

<i>Выпускник научится:</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться:</i>
Основы комплексной безопасности	
<ul style="list-style-type: none"> • классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания; • анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; • выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях; • формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды; • разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе; 	<ul style="list-style-type: none"> • систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации; • прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам; • характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны; • проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защиты личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 	
Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	
<ul style="list-style-type: none"> характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов; характеризовать РСЧС: классифицировать основные задачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны; характеризовать МЧС России: классифицировать основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, 	<ul style="list-style-type: none"> <i>формировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите обучающихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</i> <i>подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;</i> <i>обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у населения Российской Федерации»;</i> <i>различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.</i>

<i>Выпускник научится:</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться:</i>
<p>которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; • анализировать систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и основные мероприятия, которые она в себя включает; • описывать основные задачи системы инженерных сооружений, которая существует в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; • описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации; • анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств, для информации населения о чрезвычайных ситуациях; • характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации; • характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации; • анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения; • описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ; • моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания, при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома. 	

Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	
<ul style="list-style-type: none"> • негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности; • характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России; • анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму; • воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления; • обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма; • характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности; • моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;</i> • <i>формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;</i> • <i>формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;</i> • <i>использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.</i>
Основы здорового образа жизни	
<ul style="list-style-type: none"> • характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования; • анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья; • классифицировать знания об основных 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>использовать здоровье сберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.</i>

Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
<p>факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;</p> <ul style="list-style-type: none"> • систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак; • анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства. 	
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	
<ul style="list-style-type: none"> • характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья; • анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь; • характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях; • анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.</i>

<i>Выпускник научится:</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться:</i>
взаимопомощи в зоне массовых поражений.	

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

МОДУЛЬ 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 3 часа

- Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.
- Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.
- Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.
- Обеспечение личной безопасности на водоёмах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.
- Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Итоговое тестирование по теме

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций – 2 часа

- Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.
- Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

Итоговое тестирование по теме

Современный комплекс проблем безопасности военного характера – 1 час

- Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита её независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.
- Характер современных войн и вооружённых конфликтов. Военный конфликт, вооружённый конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Итоговое тестирование по теме

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера – 2 часа

- Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.
- Итоговое тестирование по теме

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства – 2 часа

- Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.
- Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.
- Итоговое тестирование по теме

Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации – 1 час

- Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.
- Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.
- Итоговое тестирование по теме

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

- Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.
- Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.
- Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. Участие ВС РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.
- Итоговое тестирование по теме

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму – 1 час

- Значение нравственных позиций и личных качеств учащихся в формировании антитеррористического поведения.
- Роль культуры безопасности жизнедеятельности в формировании антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления.
- Итоговое тестирование по теме

Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности – 1 час

- Уголовная ответственность за террористическую деятельность. УК РФ об ответственности за участие в террористической деятельности.
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта – 1 час

- Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.
- Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

МОДУЛЬ 2. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний – 2 часа

○ Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

○ Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

○ Итоговое тестирование по теме

Здоровый образ жизни и его составляющие – 2 часа

○ Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

○ Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, их влияние на уровень жизнедеятельности человека, профилактика утомления.

○ Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

○ Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от потребления наркотика. Профилактика наркомании.

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

Нравственность и здоровье

○ Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

○ Инфекции, передаваемые половым путём (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

○ ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

○ Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

○ Итоговое тестирование по теме

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Первая помощь при неотложных состояниях

○ Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

○ Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

○ Основные правила оказания первой помощи.

- Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.
- Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.
- Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.
- Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.
- Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.
- Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.
- Практические занятия

МОДУЛЬ 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ВОЕННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОСУДАРСТВА

Раздел 6. Основы обороны государства

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны – 7 часов

- Гражданская оборона как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
- Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.
- Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.
- Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.
- Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.
- Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.
- Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательной организации. Обязанности учащихся.
- Итоговое тестирование по теме

Вооружённые Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества – 2 часа

- История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.
- Памяти поколений дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.
- Состав Вооружённых Сил Российской Федерации и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации – 6 часов

- Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.
- Воздушно-космические силы (ВКС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Воздушно-космических сил.
- Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-морского флота.
- Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.
- Воздушно-десантные войска (ВДВ), их состав и предназначение.

- Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

- Итоговое тестирование по теме

Боевые традиции Вооружённых Сил России

- Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества.
- Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.

Вооружённые силы Российской Федерации - основа обороны государства

- Основные задачи современных Вооружённых Сил России.
- Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации.

Символы воинской чести

- Боевое знамя воинской части - официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

- Ордена - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

- Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Воинская обязанность

- Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

- Организация воинского учёта, основное предназначение воинского учёта.

- Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на учёт.

- Обязанности граждан по воинскому учёту до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

- Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение.

- Требования к индивидуальным качествам военнослужащих — специалистов по сходным воинским должностям.

- Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначение и порядок осуществления.

- Добровольная подготовка граждан к военной службе, её основные направления.

- Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт. Основное предназначение и порядок его проведения.

- Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к военной службе.

- Увольнение с военной службы и пребывание в запасе, предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан.

- Итоговое тестирование по теме

Раздел 7. Основы военной службы

Особенности военной службы

- Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы.

- Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации. Дисциплинарный устав Вооружённых Сил Российской Федерации. Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооружённых Сил Российской Федерации. Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации.

Военнослужащий - вооружённый защитник Отечества

- Основные виды воинской деятельности. Основные особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина.

- Военнослужащий - патриот. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации. Военнослужащий - специалист своего дела. Военнослужащий - подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

- Основные обязанности военнослужащих.

Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации

- Порядок вручения Боевого знамени воинской части. Порядок приведения к Военной присяге (принесение обязательства).

- Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники оружия.

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага РФ.

Прохождение военной службы по призыву

- Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы.

- Размещение и быт военнослужащих.

- Итоговое тестирование по теме

Прохождение военной службы по контракту

- Особенности военной службы по контракту.

- Альтернативная гражданская служба.

- Итоговое тестирование по теме

Формы контроля: тест с решением ситуационной задачи

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

к рабочей программе учебного курса ОБЖ для 10 классов (1 час в неделю)

№ п/п	Тема занятий	Часы
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (13 ч)	
	<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (5 ч.)</i>	
	<i>1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (3 ч)</i>	
1.1. 1.2.	Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.	1
1.3.	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	1
1.4.	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	1
	<i>2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций (2 ч)</i>	
2.1. 2.2.	Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
2.3. 2.4.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1
	<i>3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера (1 ч)</i>	
3.1. 3.2.	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов	1
	<i>Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 ч)</i>	
	<i>4. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства (2 ч.)</i>	
4.1	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности человека	1
4.2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1

№ п/п	Тема занятий	Часы
	чайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	
	Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (6 ч)	
	5. Терроризм и экстремизм - их причины и последствия (2 ч)	
5.1. 5.2.	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.	1
5.3. 5.4.	Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления действия террористической и экстремистской деятельности	1
	6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации (1 ч)	
6.1. 6.2.	Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.	1
	7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (1 ч)	
7.1. 7.2.	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании анти-террористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования анти-террористического поведения и антиэкстремистского мышления	1
	8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности (1 ч)	
8.1. 8.2.	Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности	1
	9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (1 ч)	1
9.1.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч)	
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни (4 ч)	
	10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 ч.)	
10.1.	Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности	1
10.2.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1
	11. Здоровый образ жизни и его составляющие (2 ч.)	
11.1. 11.2.	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1
11.3. 11.4.	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1
	Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (18 ч)	
	Раздел 6. Основы обороны государства (18 ч)	
	12. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны (6 ч.)	
12.1.	Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.	1
12.2.	Основные виды оружия и их поражающие факторы.	1
12.3.	Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях	1

№ п/п	Тема занятий	Часы
	мирного и военного времени	
12.4.	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени	1
12.5.	Средства индивидуальной защиты	1
12.6.	Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации	2
12.7.	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении	
	13. Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества (3 ч.)	
13.1.	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации	1
13.2. 15.1. 15.2	-Памяти поколений - дни воинской славы России. - Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. - Дружба и войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений	1
13.3.	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление ВС РФ.	1
	14. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск (5 ч.)	
14.1.	Сухопутные войска, их состав и предназначение	1
14.2.	Воздушно-космические Силы	1
14.3.	Военно-морской флот	1
14.4.	Ракетные войска стратегического назначения	2
14.5.	Воздушно-десантные войска	
14.6.	Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации	1
Итого		34 ч.

Примечание

Программа составлена на основе образовательной программы среднего общего образования ГОАУ АО «Амурский кадетский корпус» и разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Тематическое планирование программы состоит из двух частей (программа 10 классов, пятидневные учебные сборы для юношей-старшеклассников) и соответствует структуре учебников для 10 классов (под редакцией А. Т. Смирнова), учебное пособие для общеобразовательных организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. 2-е изд. - М: Просвещение, 2016.

Рассчитана на 34 часа, при 1 часе в неделю + не менее 35 часов на пятидневные учебные сборы для юношей-старшеклассников.

Планирование составлено в соответствии с учебным планом, учебным календарным графиком на 2021/22 учебный год, при 1 часе в неделю:

- **34 часа** (по **1 часу** в неделю для **10** классов);
- **35 часов** (пятидневные учебные сборы для юношей-старшеклассников);

В случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации на территории местоположения ОО реализация рабочей программы возможна в дистанционной форме с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Список применяемых интернет ресурсов:

1. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
2. Zoom
3. Библиотека МЭШ - <https://uchebnik.mos.ru/catalogue>
4. Медиатека издательства Просвещение - <https://media.prosv.ru/>
5. Официальный сайт МО РФ - <https://mil.ru/>
6. Видеоурок - <https://videouroki.net/>
7. Яндекс.Учебник - <https://education.yandex.ru/main/>
8. «ЯКласс» — дистанционный тренинг для школьников - <https://www.yaclass.ru/>
9. Мобильное электронное образование - <https://edu.mob-edu.ru/ui/#/login>