

**Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя школа с. Студенец Кузоватовского района Ульяновской области**

**Рассмотрено**

на заседании педсовета  
протокол № 1 от 25.08.2022 г.

**Согласовано**

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ И.И. Захарова

**Утверждаю**

Директор МОУ СШ с. Студенец  
\_\_\_\_\_ Т.Н.Градалева  
приказ №134/1 от 25.08.2022г.

**Рабочая программа**

Наименование курса: ОБЖ

Класс: 10

Уровень общего образования: основное общее образование.

Срок реализации программы: 2022-2023 учебный год

Количество часов по учебному плану: 68 часа, 2 часа в неделю

Планирование составлено на основе «Рабочей программой. ОБЖ. Предметная линия учебников А. Т.Смирнов, Б.О, Хренников. 5 – 9 классы» (М.: Просвещение, 2019г.)

Учебник: \_ «ОБЖ .9 класс». Авторы: А. Т.Смирнов, Б.О.Хренников. (М.: «Просвещение», 2019) рекомендовано МО РФ

Рабочую программу составил \_\_\_\_\_ Давыдов Александр Иванович

2022-2023 учебный год

## ОГЛАВЛЕНИЕ.

1. Пояснительная записка. ....	2-17
2. Цели и задачи программы обучения.....	3
3. Требования к уровню подготовки обучающихся.....	4
4. Распределение времени по разделам и темам программы.....	5-10
5. Содержание программы.....	11-17
6. Перечень учебно-методических средств обучения.....	17
7. Календарно- тематическое планирование.....	18-33

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**  
**к тематическому планированию по ОБЖ**  
**для обучающихся 10 класса**

Развернутое тематическое планирование разработано и может быть применительно к учебной программе по ОБЖ для учащихся 5–11 классов (Смирнов А.Т. Хреников Б.О. – М.: Просвещение, 2010).

Тематический план ориентирован на использование следующих учебных пособий и материалов:

- пособие для обучающихся:

- Смирнов А.Т. Хреников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов. – М.: Просвещение, 2011;

- пособия для учителя:

- Смирнов А.Т. Хреников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов. – М.: Просвещение, 2011;

- Блинов С.Ю. Действия населения по предупреждению террористических акций. - М.: 2006;

- Шаховец В.В. Виноградов А.В. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие. - М.: 2006;

- Сидорович И.А. Первая медицинская помощь пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. - М.: 2007;

- Основы гражданской обороны. Учебное пособие - М.: 2007;

- Защитные сооружения гражданской обороны. Их устройство и эксплуатация. Учебное пособие - М.: 2008;

- Средства защиты органов дыхания и кожи. Учебное пособие - М.: 2010;

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

**Изучение тематики данной учебной программы направлено на решение следующих задач:**

- Формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
- Выработку умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

**Изучение тематик данной учебной программы направлено на достижение следующих целей:**

- Усвоение знаний
  - об опасных и чрезвычайных ситуациях,
  - о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства,
  - о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций,
  - об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций,
  - о здоровом образе жизни,
  - об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях,
  - о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

## **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классах учащийся **должен** :

- Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- Систему взглядов принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- Наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и квалификацию;
- Основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- Законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации борьбы с терроризмом;
- Правила поведения при угрозе террористического акта;
- Государственную политику противодействию наркотизму;

Учащийся должен **уметь**:

- Предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- Принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении ЧС;
- Действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- Оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

**Распределение времени по разделам и темам программы**  
**Учебный план**

№	Тема	Кол-во часов
<b>М-1.</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>17</b>
<b><i>Р-1.</i></b>	<b><i>Основы комплексной безопасности.</i></b>	<b><i>15</i></b>
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	6
2.	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.	4
3.	Современный комплекс проблем безопасности социального характера .	5
<b><i>Р-II.</i></b>	<b><i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</i></b>	<b><i>2</i></b>
4.	Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.	2
<b>М-2.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>6</b>
<b>Р-III</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>6</b>
5.	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	2
6.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	4
<b>М-3.</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства.</b>	<b>47</b>
<b><i>Р-V</i></b>	<b><i>Основы обороны государства</i></b>	<b><i>20</i></b>
7.	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	7
8.	Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.	3
9.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск.	8
10.	Боевые традиции Вооруженных Сил России.	2
<b><i>Р-IV</i></b>	<b><i>Основы военной службы.</i></b>	<b><i>27</i></b>
11.	Размещение и быт военнослужащих.	3
12.	Суточный наряд, общие обязанности лиц суточного наряда.	4

13.	Организация караульной службы.	3
14.	Строевая подготовка	10
15.	Огневая подготовка.	4
16.	Тактическая подготовка.	3
	<b>Всего часов</b>	<b>70</b>

### Учебно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов
<b><i>P-1.</i></b>	<b><i>Основы комплексной безопасности</i></b>	<b><i>15</i></b>
<b>1.</b>	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	<b>6</b>
1.1.	Автономное пребывание человека в природной среде.	1
1.2.	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
1.5.	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.	1
1.6.	Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности	1
<b>2</b>	<b>Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.</b>	<b>4</b>
2.1.	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	1
2.2.	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
2.3.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	1

2.4.	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1.
<b>3</b>	<b>Современный комплекс проблем безопасности социального характера.</b>	<b>5</b>
3.1.	Военная угроза национальной безопасности России	1
3.2.	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	1
3.3.	Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.	1
3.4.	Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.	1.
3.5.	Наркотизм и национальная безопасность России.	1
<i><b>P-2.</b></i>	<i><b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</b></i>	<i><b>2</b></i>
<b>4.</b>	<b>Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>2</b>
4.1.	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.	1
4.2.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	1
<i><b>P-III</b></i>	<i><b>Основы здорового образа жизни.</b></i>	<i><b>6</b></i>
<b>5.</b>	<b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.</b>	<b>2</b>
5.1.	Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.	1
5.2.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1
<b>6.</b>	<b>Здоровый образ жизни и его составляющие</b>	<b>4</b>



6.1.	Здоровый образ жизни.	1
6.2.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1
6.3.	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1
6.4.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1
<b><i>P-V</i></b>	<b><i>Основы обороны государства</i></b>	<b>20</b>
<b>7.</b>	<b>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.</b>	<b>7</b>
7.1.	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	1
7.2.	Основные виды оружия и их поражающие факторы.	1
7.3.	Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.	1
7.4.	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени.	1
7.5.	Средства индивидуальной защиты.	1
7.6.	Организация проведения аварийно- спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.	1
7.7.	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	
<b>8.</b>	<b>Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.</b>	<b>3</b>
8.1.	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
8.2.	Памяти поколений - дни воинской славы России.	1
8.3.	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и	1

	управление Вооруженными Силами Российской Федерации.	
<b>9.</b>	<b>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск.</b>	<b>8</b>
9.1.	Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск.	1
9.2.	Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.	1
9.3.	Военно-Морской Флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.	1
9.4.	Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.	1
9.5.	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.	1
9.6.	Космические войска, их состав и предназначение.	1
9.7.	Войска и воинские формирования , не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
9.8.	Итоговое занятие по теме: Виды Вооруженных сил РФ и рода войск.	1
<b>10.</b>	<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России</b>	<b>2</b>
10.1.	Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества.	1
10.2.	Дружба и войсковое товарищество - основы боевой готовности частей и подразделений.	1
<b><i>P-VI</i></b>	<b><i>Основы военной службы.</i></b>	<b>23</b>
<b>11.</b>	<b>Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.</b>	<b>3</b>
11.1.	Размещение военнослужащих.	1
11.2.	Распределение времени и повседневный порядок.	1
11.3.	Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.	1

<b>12.</b>	<b>Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.</b>	<b>4</b>
12.1.	Суточный наряд. общие положения.	1
12.2.	Обязанности дежурного по роте.	1
12.3.	Обязанности дневального по роте.	1
12.4.	Итоговое занятие по теме: суточный наряд , обязанности лиц суточного наряда.	1
<b>13.</b>	<b>Организация караульной службы.</b>	<b>3</b>
13.1.	Организация караульной службы. общие положения.	1
13.2.	Часовой и его неприкосновенность	1
13.3.	Обязанности часового.	1
<b>14.</b>	<b>Строевая подготовка.</b>	<b>10</b>
14.1.	Строй и управление ими.	1
14.2.	Строевые приемы и движения без оружия.	2
14.3.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	2
14.4.	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	2
14.5.	Строй отделения, развернутый строй, походный строй.	1
14.6.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	2
<b>15.</b>	<b>Огневая подготовка.</b>	<b>4</b>
15.1.	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.	2
15.2.	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	2
<b>16.</b>	<b>Тактическая подготовка.</b>	<b>3</b>
16.1.	Современный бой	1
16.2.	Обязанности солдата в бою.	2
	<b>Всего часов</b>	<b>70</b>

# СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

### *Раздел 1. Основы комплексной безопасности*

#### *Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни*

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. 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.

#### *Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций*

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.

#### *Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера*

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.

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

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

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.

### ***Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации***

#### *Глава 5. Общие понятия о экстремизме и терроризме.*

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.

#### *Глава 6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации*

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.

#### *Глава 7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму*

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

## *Глава 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности*

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации 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.

## *Глава 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта*

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***

#### *Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний*

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.

#### *Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие*

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 употребления наркотика. Профилактика наркомании.

### **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства**

#### Раздел 6. Основы обороны государства

##### *Глава 12. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны*

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 общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности обучающихся.

### *Глава 13. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества*

История создания Вооружённых Сил России.

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.

### *Глава 14. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации*

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Военно-воздушных 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, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

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

### *Глава 15. Боевые традиции Вооружённых Сил России*

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.



Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

## ***Раздел 7. Основы военной службы***

### *Глава 16. Размещение и быт военнослужащих*

Размещение военнослужащих. Содержание помещений, обеспечение пожарной безопасности.

Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих, распорядок дня.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих, обеспечение безопасности воинской службы.

### *Глава 17. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда*

Суточный наряд, его предназначение, состав суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте.

### *Глава 18. Организация караульной службы*

Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового.

### *Глава 19. Строевая подготовка*

Строй и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строй отделения, развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.

### *Глава 20. Огневая подготовка*

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

### *Глава 21. Tактическая подготовка*

### Перечень учебно-методических средств обучения

- пособие для обучающихся:
  - Смирнов А.Т. Хреников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для обучающихся 10 классов. – М.: Просвещение, 2011;
- пособия для учителя:
  - Смирнов А.Т. Хреников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для обучающихся 10 классов. – М.: Просвещение, 2011;
  - Блинов С.Ю. Действия населения по предупреждению террористических акций. - М.: 2006;
  - Шаховец В.В. Виноградов А.В. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие. - М.: 2006;
  - Сидорович И.А. Первая медицинская помощь пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. - М.: 2007;
  - Основы гражданской обороны. Учебное пособие - М.: 2007;
  - Защитные сооружения гражданской обороны. Их устройство и эксплуатация. Учебное пособие - М.: 2008;
  - Средства защиты органов дыхания и кожи. Учебное пособие - М.: 2010;

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС.

№ п/п	Наименование раздела программы (кол-во часов)	Тема урока	Тип урока	Элементы содержания	Методы формы обучения	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/З	Дата проведения	
									По плану	Факт
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. бч.</b>	Автономное пребывание человека в природной среде.	Изучение нового материала	Автономное пребывание в природной среде. Добровольная автономия. Вынужденная автономия.	Урок рассказ.	Знать способы выживания при вынужденной автономии.	Устный опрос.	§-1. Прочитать, ответить на вопросы		
2		Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.	Комплексный	Практическая подготовка к автономному существованию. Определение направления движения.	Урок рассказ.	Знать примерный список личного снаряжения для турпохода. Уметь ориентироваться по компасу, по солнцу, часам.	Устный опрос.	§-2. Прочитать, ответить на вопросы		
3		Обеспечение личной безопасности на дорогах.	Комплексный	ДТП. Основные обязанности пешеходов. Правила поведения пассажира во всех видах общественного транспорта.	Урок рассказ.	Знать основные обязанности пешехода. правила безопасного поведения пассажира в общественном транспорте.	Устный опрос.	§-3. Прочитать, ответить на вопросы	09.09	09.09

4		Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	Комплексный.	Общие правила личной безопасности в криминогенной ситуации. Нападение в подъезде, в лифте, на улице.	Урок рассказ.	Знать общие правила личной безопасности в криминогенной ситуации.	Устный опрос.	§-4. Прочитать, ответить на вопросы		
5		Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.	Комплексный	Взрыв. Правила поведения при возникновении взрыва. Захват в заложники.	Урок рассказ	Знать правила поведения при возникновении взрыва, при захвата в заложники.	Устный опрос.	§-23. Прочитать, ответить на вопросы		
6.		Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности	Комплексный	Уголовный кодекс РФ. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.	Лекция.	Знать Статьи 205; 205. 2; 206; 207; 211;	Устный опрос.	§-21-22. Прочитать, ответить на вопросы		
7.	<b>Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. 4ч.</b>	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	Комплексный	Землетрясение. Цунами. Наводнение. Ураган. Буря. Природный пожар.	Лекция в сочетании с опросом и обсуждением материала	Знать что такое: Землетрясение. Цунами. Наводнение. Ураган. Буря. Природный пожар.	тест	§-5. Прочитать, ответить на вопросы		

8	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	Комплексный	Поведение при землетрясении, после землетрясения, при угрозе цунами, при наводнении.	Лекция в сочетании с опросом и обсуждением материала	Знать правила поведения при внезапном землетрясении, после землетрясения, при угрозе цунами, при наводнении.	Устный опрос.	§-6. Прочитать, ответить на вопросы		
9.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	Комплексный	Радиоактивные вещества. выбросы хим. опасных веществ. гидродинамические ЧС. транспортные ЧС.	Рассказ беседа.	Знать о ЧС с выбросом радиоактивных веществ, с выбросом химических опасных веществ, о гидродинамических ЧС, о транспортных ЧС.	Устный опрос.	§-7. Прочитать, ответить на вопросы		
10.	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	Комплексный.	Эвакуация. оповещение о радиационной аварии, химической аварии, при угрозе гидродинамической аварии. при пожаре на ж/д.	Рассказ беседа.	Уметь действовать при получении сигнала о радиационной аварии, при химическом аварии, после химической аварии, при угрозе гидродинамической аварии, при пожаре на ж/д.	Устный опрос.	§-8. Прочитать, ответить на вопросы		

11	<b>Современный комплекс проблем безопасности социального характера. 5ч.</b>	Военная угроза национальной безопасности России	Комплексный.	Национальная безопасность. Угроза национальной безопасности. Государственная политика в области национальной обороны.	Рассказ беседа.	Знать стратегию национальной безопасности.	Устный опрос.	§-9. Прочитать, ответить на вопросы		
12.		Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	Комплексный	Локальная война, региональная, Крупномасштабная. Военный конфликт. Вооружённый конфликт. Ядерный военный конфликт.	Рассказ беседа.	Знать : Приоритетные задачи государства в области обороны.	Устный опрос.	§-10. Прочитать, ответить на вопросы		
13.		Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.	Комплексный.	Терроризм. Террористическая деятельность. Террористическая деятельность и ее содержание.	Рассказ беседа.	Что включает в себя террористическая деятельность.	Устный опрос.	§-13. Прочитать, ответить на вопросы		
14.		Виды террористических актов, их цели и способы осуществления	Комплексный	Виды террористических актов.	Рассказ беседа.	Знать виды террористических актов.	Устный опрос.	§-14. Прочитать, ответить на вопросы		
15.		Наркотизм и национальная безопасность	Комплексный.	Наркотизм. безопасность России.	Рассказ беседа.	Знать о вреде наркотиков.	Устный опрос.	§-15-16. Прочитать,		

		России.						ответит на вопрос ы		
16.	<b>Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства. 2ч.</b>	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.	Комплексный.	Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. ФЗ "О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера" ФЗ РФ "О безопасности" ФЗ "О пожарной безопасности" ФЗ "О гражданской обороне"	Лекция в сочетании с опросом и обсуждением материала	Знать положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. ФЗ "О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера" ФЗ РФ "О безопасности" ФЗ "О пожарной безопасности" ФЗ "О гражданской обороне"	Устный опрос.	§-11. Прочитать, ответить на вопросы		
17.		Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	Комплексный.	ФЗ "О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера"	рассказ-беседа	Знать ФЗ "О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера"	Тест.	§-12. Прочитать, ответить на вопросы		

18.	<b>Основы медицинских знаний и профилактики инфекционных заболеваний. 2ч.</b>	Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.	Комплексный	Сохранение и укрепление здоровья . Физическое развитие.	Беседа.	Знать основные требования предъявляемые к здоровью допризывника.	Устный опрос.	§-24. Прочитать, ответить на вопросы		
19.		Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	Комплексный.	Инфекционные болезни. Профилактика инфекционных заболеваний. Иммунитет.	Беседа.	Знать об инфекционных болезнях. Уметь проводить профилактику инфекционных заболеваний.	Устный опрос.	§-25. Прочитать, ответить на вопросы		
20.	<b>Здоровый образ жизни и его составляющие 4ч.</b>	Здоровый образ жизни.	Комплексный.	Здоровье. Факторы влияющие на здоровье. основные составляющие здорового образа жизни.	Беседа.	Знать факторы, влияющие на здоровье. Знать основные составляющие здорового образа жизни.	Тест.	§-26. Прочитать, ответить на вопросы		
21		Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	Комплексный	Биологический ритм. Утомление. Профилактика утомления.	Рассказ беседа.	Знать влияние биологического ритма. Способы профилактики утомления.	Устный опрос.	§-27. Прочитать, ответить на вопросы		



22.		Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	Комплексный.	Физическая культура. закаливание организма.	Рассказ беседа.	Уметь применять занятия физической культурой для сохранения здоровья.	Устный опрос.	§-28. Прочитать, ответить на вопросы		
23.		Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	Комплексный.	Вредные привычки: Алкоголь, курение, наркотики	Рассказ беседа.	Знать : как бороться с вредными привычками.	Устный опрос.	§-29. Прочитать, ответить на вопросы		
24.	<b>Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. 7ч.</b>	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Комплексный.	Гражданская оборона. Функции ГО РФ.	беседа	Знать задачи ГО;	тест	§-30. Прочитать, ответить на вопросы		
25		Основные виды оружия и их поражающие факторы.	Комплексный.	Современные обычные средства поражения. Ядерное оружие. химическое оружие. биологическое оружие. Высокоточное оружие.	Лекция в сочетании с опросом и обсуждением материала	Знать современные средства поражения. Поражающие факторы ядерного взрыва.	Устный опрос.	§-31. Прочитать, ответить на вопросы		
26		Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях	Комплексный.	Оповещение населения. РСЧС. Служба спасения ЕДДС-112.	Лекция.	Способы обращения в ЕДДС -112.	Устный опрос.	§-32. Прочитать, ответить на		

		мирного и военного времени.					вопросы		
27		Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени.	Комплексный.	Защитные сооружения. Убежища. Противорадиационные укрытия.	Беседа.	Знать о защитных сооружениях, убежищах, противорадиационных укрытиях.	Устный опрос.	§-33. Прочитать, ответить на вопросы	
28.		Средства индивидуальной защиты.	Комплексный.	Средства индивидуальной защиты.(СИЗ). Фильтрующие противогазы. Ватно-марлевые повязки, Аптечка АИ-2.	Рассказ беседа.	Уметь пользоваться противогазами, ватно-марлевыми повязками.	тест	§-34. Прочитать, ответить на вопросы	
29.		Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.	Комплексный.	Аварийно-спасательные работы. Неотложные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты.	Рассказ беседа.	Уметь организовывать аварийно-спасательные работы, неотложные работы и медицинскую защиту.	Устный опрос.	§-35. Прочитать, ответить на вопросы	
30.		Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	Комплексный.	Гражданская оборона в школе. Объектовая комиссия по ЧС. Учения по эвакуации.	Беседа.	Соблюдать правила при эвакуации из школы.	Устный опрос.	§-36. Прочитать, ответить на вопросы	

								ы		
31.	<b>Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.</b> <b>3ч.</b>	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	Изучение нового материала	Организация ВС Московского гос-ва 14-15 в.в.. Военные реформы Ивана Грозного и Петра 1. Создание регулярной армии	Урок - рассказ, беседа	Знать историю развития ВС России от Московского гос-ва до создания регулярной армии	Устный опрос.	§-37. Прочитать, ответить на вопросы		
32.		Памяти поколений - дни воинской славы России.	Комплексный	Дни воинской славы России.	Рассказ беседа.	Знать дни воинской славы России.	Устный опрос.	§-38. Прочитать, ответить на вопросы		
33.		Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженным и Силами Российской Федерации.	Изучение нового материала	Виды ВС РФ. Военные округа.	Рассказ беседа.	Знать: Виды ВС РФ. Военные округа.	Устный опрос.	§-39. Прочитать, ответить на вопросы		
34.	<b>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск.</b> <b>8ч.</b>	Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск.	Изучение нового материала	Мотострелковые войска, танковые войска, ракетные войска и артиллерия. Стрелковое вооружение .Бронетанковое вооружение.	Рассказ беседа.	Знать рода войск. Стрелковое оружие, бронетанковое вооружение.	Устный опрос.	§-40. Прочитать, ответить на вопросы		

35	Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.	Изучение нового материала	ВВС. Дальняя авиация, Военно-транспортная авиация. Армейская авиация. Вооружение и военная техника ВВС.	Рассказ беседа.	Знать рода авиации. Вооружение и военная техника ВВС.	Устный опрос.	§-41. Прочитать, ответить на вопросы		
36	Военно-Морской Флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.	Изучение нового материала	ВМФ. Четыре флота. Подводные, надводные, силы. Морская авиация. Вооружение и военная техника ВМФ.	Рассказ беседа.	Знать: ВМФ. Четыре флота. Подводные, надводные, силы. Морская авиация. Вооружение и военная техника ВМФ.	Устный опрос.	§-42. Прочитать, ответить на вопросы		
37	Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.	Изучение нового материала	РВСН. Вооружение и военная техника РВСН.	Рассказ беседа.	Знать структуру и предназначение РВСН.	Устный опрос.	§- 43. Прочитать, ответить на вопросы		
38	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.	Изучение нового материала	ВДВ. история создания. Структура.	Рассказ беседа.	Знать структуру и предназначение ВДВ.	Устный опрос.	§-44. Прочитать, ответить на вопросы		

39		Космические войска, их состав и предназначение.	Изучение нового материала	Силы и средства ракетно-космической обороны.	Рассказ беседа.	Знать структуру и предназначение космических войск.	Устный опрос.	§-45. Прочитать, ответить на вопросы		
40		Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил РФ.	Изучение нового материала	Внутренние войска МВД РФ. Спасательные войска МЧС РФ. ФСБ.	Рассказ беседа.	Знать структуру и предназначение Внутренних войск МВД РФ. Спасательных войск МЧС РФ. ФСБ.	Устный опрос.	§-46. Прочитать, ответить на вопросы		
41		Итоговое занятие по теме: Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск	Повторение	ВС РФ.	Проверка усвоенного материала	Знать структуру и предназначение ВС РФ.	тест.	Повторить §-40-46.		
42	<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России</b> <b>2ч.</b>	Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества.	Изучение нового материала	Военнослужащий. Патриотизм. Воинский долг.	Рассказ беседа.	Знать: Военнослужащий. Патриотизм. Воинский долг.	Устный опрос.	§-47. Прочитать, ответить на вопросы.		
43		Дружба и войсковое товарищество - основы боевой готовности частей и	Изучение нового материала	Товарищество. Дружба. неуставные взаимоотношения.	Рассказ беседа.	Знать: Товарищество, дружба.	Устный опрос.	§-48. Прочитать, ответить на вопросы		

		подразделений						ы.		
44	<b>Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву. 3ч.</b>	Размещение военнослужащих.	Комплексный.	Размещение военнослужащего.	Рассказ беседа.	Знать размещение военнослужащего.	Устный опрос.	§-49. Прочитать, ответить на вопросы		
45		Распределение времени и повседневный порядок.	Комплексный.	Распорядок дня.	Рассказ-беседа.	Знать распорядок дня.	Устный опрос.	§-50. Прочитать, ответить на вопросы		
46		Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.	Комплексный.	Правила личной гигиены военнослужащего. Правила общественной гигиены военнослужащего. Медицинский контроль.	Рассказ беседа.	Знать правила личной гигиены военнослужащего. Правила общественной гигиены военнослужащего.	Устный опрос.	§-51. Прочитать, ответить на вопросы		
47	<b>Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. 4ч.</b>	Суточный наряд. Общие положения.	Изучение нового материала.	Общие положения суточного наряда.	Рассказ беседа.	Знать общие правила суточного наряда.	Устный опрос.	§-52. Прочитать, ответить на вопросы		
48		Обязанности дежурного по	Изучение нового	Обязанности дежурного по	Рассказ беседа.	Знать Обязанности дежурного по	Устный опрос.	§-53. Прочитать,		

		роте.	материала.	роте.		роте.		ответит ь на вопрос ы.		
49		Обязанности дневального по роте.	Изучение нового материала.	Обязанности дневального по роте.	Рассказ беседа.	Знать Обязанности дневального по роте.	Устный опрос.	§-54. Прочит ать, ответит ь на вопрос ы		
50		Итоговое занятие по теме: Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.	Повторение.	Суточный наряд. Обязанности дежурного и дневального по роте.		Знать обязанности суточного наряда, дежурного и дневального по роте.	Тест.	Повтор ить §- 52-54.		
51	<b>Организация караульной службы. 3ч.</b>	Организация караульной службы. Общие положения.	Изучение нового материала.	Караульная служба.	Рассказ беседа.	Знать о несении караульной службы.	Устный опрос.	§-55. Прочит ать, ответит ь на вопрос ы		
52		Часовой и его неприкосновен ность	Изучение нового материала.	Часовой. неприкосновеннос ть часового.	Рассказ беседа.	Знать обязанности часового и его неприкосновен ности.	Устный опрос.	§-56. Прочит ать, ответит ь на вопрос ы		

53		Обязанности часового.	Изучение нового материала.	Часовой. обязанности часового.	Рассказ беседа.	Знать обязанности часового и его неприкосновенности.	Устный опрос.	§-57. Прочитать, ответить на вопросы		
54	<b>Стрелковая подготовка. 10ч.</b>	Строй и управление ими.	Изучение нового материала.	Стрелковая подготовка.	Рассказ беседа.	Знать приемы стрелковой подготовки.	Устный опрос.	§-58. Прочитать, ответить на вопросы		
55 - 56		Стрелковые приемы и движения без оружия.	Изучение нового материала.	Стрелковые приемы без оружия.	Рассказ беседа.	Уметь применять стрелковые приемы без оружия.	Практика	§-59. Прочитать, ответить на вопросы		
57-58		Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	Изучение нового материала.	Воинское приветствие.	Рассказ беседа.	Уметь выполнять воинское приветствие.	Практика	§-60. Прочитать, ответить на вопросы		
59-60		Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	Изучение нового материала.	Выход из строя. Подход к начальнику и отход от него.	Рассказ беседа.	Уметь выполнять выход из строя. Подход к начальнику и отход от него.	Практика	§-61. Прочитать, ответить на вопросы		



61		Строй отделения, развернутый строй, походный строй.	Изучение нового материала.	Строй отделения. Развернутый строй. Походный строй.	Рассказ беседа.	Уметь выполнять команды развернутого строя и походного строя.	Практика .	§-62. Прочитать, ответить на вопросы		
62-63		Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	Изучение нового материала.	Выполнение воинского приветствия.	Рассказ беседа.	Уметь выполнять воинское приветствие.	Практика .	§-63. Прочитать, ответить на вопросы		
64-65	<b>Огневая подготовка. 4ч.</b>	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.	Изучение нового материала.	Назначение и свойства АК 74.	Демонстрация , рассказ, беседа.	Знать основные узлы и механизмы АК 74.	Устный опрос.	§-64. Прочитать, ответить на вопросы		
66 - 67.		Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	Изучение нового материала.	Разборка и сборка АК 74. Приемы и правила стрельбы из АК-74.	Демонстрация.	Уметь производить разборку и сборку АК 74.	Практика .	§-65-66. Прочитать, ответить на вопросы		
68	<b>Тактическая подготовка. 3ч.</b>	Современный бой	Изучение нового материала.	Тактическая подготовка. Современный бой.	Рассказ-беседа.	Иметь представления о современном бое.	Устный опрос.	§-67. Прочитать, ответить на вопросы.		

69-70	Обязанности солдата в бою.	Изучение нового материала.	Обязанности солдата в бою. Способы передвижения солдата в бою	Рассказ беседа.	Знать обязанности солдата в бою. Способы передвижения солдата в бою	Устный опрос.	§-68. Прочитать, ответить на вопросы		
-------	----------------------------	----------------------------	---	-----------------	---	---------------	--------------------------------------	--	--

Преподаватель - организатор ОБЖ \_\_\_\_\_ А.И Давыдов