

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Мазанская школа»
Симферопольского района Республики Крым
ул. Школьная, 5А, с. Мазанка, Симферопольский район. Республика Крым, 297530,
e-mail school_simferopolsiy-rayon14@crimeaedu.ru ОГРН 1159102007130

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол №
« ___ » _____ 2022 г.
руководитель МО:
_____ Л. И. Слободянюк

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР:
_____ М.В. Акуратова
« ___ » _____ 2022г

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Мазанская школа»
_____ И.Ю. Мусинова
Приказ № _____ от « ___ » __ 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»

(ФГОС СОО)

10 класс

Разработал учитель
ОБЖ
Ковтун Юрий Николаевич

с. Мазанка-2022

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) общего образования (Приказ МО РФ от 05.03.2004 №1089), на основе примерной программы основного общего образования и авторской программы под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.
2. Положений Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2024 года (Указ Президента России от 19.12. 2012 г №1666) и Концепции Федеральной подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2024 года (Распоряжение Правительства РФ от 3 февраля 2010 г. № 134-Р),
3. Комплексной учебной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности для общеобразовательных учреждений 10-11 классы, разработанной авторами С.В. Ким, В.А. Горский М.: «Вентана-Граф», 2020г.
4. Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы: учебник/ С.В. Ким, В.А. Горский – М.: «Просвещение» 2021г. – 396с.
5. Основной образовательной программы ООО МБОУ «Мазанская школа» и приказа по МБОУ «Мазанская школа» от 31.08.2022 г. № 463 «Об утверждении рабочей программы воспитания школы».
6. Программы воспитания МБОУ «Мазанская школа».

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности);
- выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей;
- сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;
- сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии;
- сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;
- выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков;
- осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;
- сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;
- морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;

воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам;

-воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;

уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты:

-умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России; умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;

-поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий;

- систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций;

умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России;

умение логически обоснованно доказывать следующие положения:

— любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания; террористическая деятельность бесцельна;

— наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно;

-умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;

-умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психо-активных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;

-умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;

умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;

-умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;

умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны;

-умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации;

-умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты:

формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;

-осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора, от внешних и внутренних угроз в современных условиях;

формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе

понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;

-формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;

ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;

знание распространённых опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

-понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.);

знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе

- в области гражданской обороны:

-умение оказывать первую помощь пострадавшим;

-знание основ обороны государства (законодательных актов об обороне государства и воинской обязанности граждан);

понимание прав и обязанностей гражданина до призыва и во время прохождения военной службы;

-знание требований, предъявляемых военной службой уровню подготовки призывника;

умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам;

умение применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

умение проектировать модели личного безопасного поведения;

-понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

-всестороннее знание основ военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения службы, строевой, огневой и тактической подготовки;

-владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражений.

Предметные результаты

Основы комплексной безопасности:

Ученик научится:

-квалифицировать 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), загрязнение окружающей природной среды, ЧС природного и техногенного характера;

-выявить и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций; обосновать 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 или водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;

-руководствоваться рекомендациями специалистов по безопасному поведению в условиях ЧС природного и техногенного характера.

Ученик получит возможность научиться:

-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 ЧС 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 защищенности личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Ученик научится:

-характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения РФ от ЧС мирного и военного времени;

-характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от ЧС 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 ЧС природного и техногенного характера;
- описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения ЧС;
- характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от ЧС мирного и военного времени; различать виды эвакуаций; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;
- моделировать свои действия по сигналам оповещения о ЧС в районе проживания при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (театре, библиотеке и др.), дома.

Ученик получит возможность научиться:

- формулировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите обучающихся и персонала от последствий ЧС мирного и военного времени;
- подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий ЧС мирного военного времени»;
- различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания для защиты населения от ЧС техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.

Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Ученик научится:

- 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;
- 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.

Ученик получит возможность научиться:

- формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;

Основы здорового образа жизни

Ученик научится:

- 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 средства 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;
- систематизировать знания о репродуктивном здоровье, как единой составляющей здоровья личности и общества.

Ученик получит возможность научиться:

-использовать здоровые сберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.

Основы медицинских знаний

Ученик научится:

-характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;

-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;

-выполнять в паре/втроем приемы оказания само- и взаимопомощи.

Ученик получит возможность научиться:

- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства. Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Раздел 2. Военная безопасность государства

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность. Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.

Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

**Тематическое планирование
10 класс.**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Авторская программа	Рабочая программа
Раздел 1.	<i>Основы безопасности личности, общества, государства</i>	14	14
Глава 1	<i>Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</i>	5	5
Глава 2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	5	5
Глава 3	Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях	4	4
Раздел 2.	<i>Военная безопасность государства</i>	10	10
Глава 4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	5	5
Глава 5	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	5	5
Раздел 3.	<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</i>	9	9
Глава 6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	4	4
Глава 7	Оказание первой помощи при неотложных состояниях.	5	5
	Итоговый урок по курсу 10 класса	1	1
	Итого:	34	34
По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов			

Тематический план
Расчет часов по предметам
обучения
для проведения учебных сборов (10 класс)

№ п/п	Предметы обучения	Количество часов					Общее количество часов
		1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	
1	Военнослужащие и взаимоотношения между ними	1	2				3
2	Внутренний порядок			3	2	1	6
3	Строевая подготовка	3	3				6
4	Огневая подготовка			2	2	2	6
5	Тактическая подготовка			2	2	2	6
6	Физическая подготовка	3	2				5
7	Военно-медицинская подготовка					2	2
8	Радиационная, химическая и биологическая защита войск				1		1
Итого		7	7	7	7	7	35

Программа для проведения учебных сборов (10 класс)

Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовка по основам военной службы предусматривают проведение ежегодных учебных сборов, в ходе которых происходит практическое закрепление полученных знаний в области подготовки к военной службе.

Продолжительность учебных сборов – 5 дней (35 учебных часов).

В ходе сборов изучаются:

размещение и быт военнослужащих;

организация караульной и внутренней службы;

элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовки;

вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск.

В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Планирование и организация учебных сборов осуществляются в соответствии с положениями Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации

начальным знаниям в области обороны, а их подготовка по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях среднего профессионального образования и учебных пунктах Инструкция утверждена Приказом Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации №96/134 от 24 февраля 2010 г.

Результаты учебных сборов оцениваются в соответствии с рекомендациями по оцениванию учебных сборов (приложение №9 к Инструкции).

Общая отметка граждан, обучающихся в образовательных учреждениях, заносится в классный журнал с пометкой «Учебные сборы», которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения образовательном учреждении.

Тематическое планирование предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

(учебные сборы)

1. Военнослужащие и взаимоотношения между ними (3 ч)

1.1. Права, обязанности и ответственность военнослужащих

1.2. Взаимоотношения между военнослужащими

1.3. Обязанности солдата (матроса)

2 . Внутренний порядок (6 ч)

2.1. Размещение военнослужащих

2.2. Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих

2.3. Суточный наряд. Обязанности дневального по роте

2.4. Организация караульной службы. Часовой, обязанности часового

2.5. Охрана здоровья военнослужащих

2.6. Основные мероприятия, проводимые в частях и подразделениях, по обеспечению безопасности военной службы

3. Строевая подготовка (6 ч)

3.1. Строи и управление ими

3.2. Строевые приёмы и движение без оружия

3.3. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении

3.4. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход

3.5. Строи отделения. Развёрнутый строй, походный строй

3.6. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении

4. Огневая подготовка (6 ч)

4.1. Устройство стрелкового оружия, основные правила, приёмы и способы стрельбы из него

4.2. Устройство ручных боевых гранат, требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

4.3. - 4.5. Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днём

4.6. Требования к выполнению метания ручных имитационных гранат

5. Тактическая подготовка (6 ч)

5.1. Современный общевойсковой бой. Обязанности солдата в бою

5.2. Основные приёмы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия

5.3. Способы передвижения солдата в бою

5.4. Приёмы и правила стрельбы в бою

5.5. Последовательность инженерного оборудования одиночного окопа

5.6. Способы ориентирования на местности

6. Физическая подготовка (5 ч)

6.1. Гимнастика и атлетическая подготовка

6.2. Преодоление препятствий

6.3. Ускоренное передвижение, лёгкая атлетика

6.4. Комплексное учебно-тренировочное занятие

6.5. Комплексное учебно-тренировочное занятие

7. Военно-медицинская подготовка (2 ч)

7.1. Правила оказания первой помощи при ранениях

7.2. Правила оказания первой помощи при ожогах, острых отравлениях, отморожении

8. Радиационная, химическая и биологическая защита войск (1 ч)

8.1. Табельные средства индивидуальной защиты военнослужащих от оружия массового поражения

Всего часов: 35

Календарно-тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства. (14ч.)			
Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. (5ч.)			
1.	02.09		Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания
2.	09.09		Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности
3.	16.09		Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
4.	23.09		Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
5.	30.09		Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5ч.)			
6.	07.10		Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности
7.	14.10		Защита национальной безопасности государства от военных угроз
8.	21.10		Защита личности, общества, государства от угроз социального характера
9.	28.10		Противодействие экстремизму Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях. (5ч.)			
10.	11.11		Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
11.	18.11		Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях
12.	25.11		Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера
13.	02.12		Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера
14.	09.12		Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование
Раздел 2. Военная безопасность государства. (10ч.)			
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность. (5ч.)			
15.	16.12		Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения
16.	23.12		Защита населения и территорий от радиационной опасности
17.	30.12		Средства коллективной защиты от оружия массового поражения

18.	13.01		Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности
19.	20.01		Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. (5ч.)			
20.	27.01		Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы
21.	03.02		Состав Вооруженных Сил Российской Федерации
22.	10.02		Воинская обязанность и военная служба
23.	17.02		Права и обязанности военнослужащих
24.	03.03		Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (9ч.)			
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. (5ч.)			
25.	10.03		Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья
26.	17.03		Здоровый образ жизни и его составляющие
27.	31.03		Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики
28.	07.04		Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики
29.	14.04		Профилактика заболеваний, передающихся половым путем
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. (4ч.)			
30.	21.04		Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок
31.	28.04		Правила оказания первой помощи при травмах
32.	05.05		Первая помощь при кровотечениях, ранениях Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах
33.	12.05		Первая помощь: сердечно-легочная реанимация
34.	19.05		Итоговый урок по курсу ОБЖ 10 класса.
			Итого (34 часа).

