Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа с. Биджан»

Рабочая программа (электронная версия)

ОБЖ

10 класс

ОБЖ 10 класс

**Место предмета в Учебном плане**

На изучение ОБЖ в 10 кл. отводится 1 час в неделю. Курс рассчитан на 34 часов, но т. к. продолжительность 2014/15 уч. года 35 недель программа разработана на 35 часов, поэтому на последнюю тему в КТП добавлен ещё один час.

На контроль знаний (тестирование)- 4 часа

**Рабочая программа разработана на основании авторской программы**:

Программа общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 1-11 классы. Под общей редакцией А.Т.Смирнова. – М., 2007 год.

**Основные формы:** лекции, демонстрация**,** тесты, самостоятельные работы

**Актуальность**. В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

**Цели:**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

* **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
* **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
* **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
* **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую помощь пострадавшим.

## ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ

## В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

## Знать/понимать

* основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
* потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
* требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
* предназначение, структуру и задачи РСЧС;
* предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

**Уметь**

* владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
* оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

* ведения здорового образа жизни;
* развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
* вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Учебный план по ОБЖ

10 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование содержательной линии и раздела | Кол-во часов | Контроль  |
| Содер. лин. | *Добавили* | Раздел | тест |
| **I** | **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях** | **16** |  |  | **2** |
| 1 | Опасные и чрезвычайные ситуации, возника­ющие в повседневной жизни, и правила безопас­ного поведения |  |  | 7 | 1 |
| 2 | Гражданская оборона — составная часть оборо­носпособности страны |  |  | 9 | 1 |
| **II** | **Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни** | **7** |  |  | **1** |
| 3 | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний |  |  | 1 |  |
| 4 | Основы здорового образа жизни |  |  | 6 | 1 |
| **III** | **Основы военной службы** | **12=11+***1* |  |  | **1** |
| 5 | Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества |  |  | 4 |  |
| 6 | Боевые традиции Вооруженных Сил России |  |  | 3 |  |
| 7 | Символы воинской чести |  | *1* | 5=4+1 | 1 |
| 8\* | Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время у юношей) \* |  |  | *35* |  |
| **Всего часов** | **35+***35* |  | **4** |

\*Занятия организуются и проводятся в соответствии с распорядком дня воинской части на период проведения учебных сборов.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ**

**ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (10 КЛАСС)**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

**1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в по­вседневной жизни, и правила безопасного поведения**

*1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода*

*Практические занятия.* Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существо­вания, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориенти­рования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения во­дой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

*1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного харак­тера*

*Практические занятия.* Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминоген­ной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

*1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних*

Особенности уголовной ответственности и наказания несовер­шеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная от­ветственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские дейст­вия и вандализм.

*1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера*

*Практические занятия.* Краткая характеристика наиболее веро­ятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

*1.5.* *Единая государственная система предупреждения и лик­видации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи*

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

*1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности*

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирую­щие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Рос­сийской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безо­пасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обо­роне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

**2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособ­ности страны**

*2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны*

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и за­дачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возника­ющих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

*2.2. Современные средства поражения, их поражающие фак­торы, мероприятия по защите населения*

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Хими­ческое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по пред­назначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные сред­ства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

*2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного вре­мени*

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. По­рядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информа­ции о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

*2.4. Организация инженерной защиты населения от пора­жающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени*

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназ­начение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защит­ных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (заня­тие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

*2.5. Средства индивидуальной защиты*

Основные средства защиты органов дыхания и правила их исполь­зования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

*Практические занятия.* Отработать порядок получения и поль­зования средствами индивидуальной защиты.

*2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций*

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация са­нитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

*2.*7. *Организация гражданской обороны в общеобразователь­ном учреждении*

Организация гражданской обороны в общеобразовательном уч­реждении, ее предназначение. План гражданской обороны образова­тельного учреждения. Обязанности обучаемых.

**Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**3.** **Основы медицинских знаний и профилактика инфекцион­ных заболеваний**

*3.1. Сохранение и укрепление здоровья* — *важная часть под­готовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудо­вой деятельности*,

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоро­вье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохране­ния и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

*3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика*

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, меха­низм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболева­ний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профи­лактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

**4.** **Основы здорового образа жизни**

*4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие*

Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения че­ловека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья че­ловека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физи­ческая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гар­моничного развития человека, его физических и духовных качеств.

*4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека*

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедея­тельности для повышения уровня работоспособности.

*4.3. Значение двигательной активности и физической куль­туры для здоровья человека*

Значение двигательной активности для здоровья человека в про­цессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использо­вания факторов окружающей природной среды для закаливания. Не­обходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

*4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилакти­ка вредных привычек*

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, куре­ние) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умствен­ной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосу­дистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и опре­деления. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Про­филактика наркомании, чистота и культура в быту.

**Раздел III. Основы военной службы**

**5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества**

*5.1. История создания Вооруженных Сия Российской Феде­рации*

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Во­енная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназна­чение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпо­сылки проведения военной реформы.

*5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназна­чение*

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооружен­ных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, ре­шаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десант­ные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение вы­сокого уровня боеготовности.

*5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.*

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руко­водство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил, ее этапы и их основное содержание.

*5.4. Другие войска, их состав и предназначение* Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внут­ренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

**6. Боевые традиции Вооруженных Сил России** *6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу* — *качества за­щитника Отечества*

Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военно­служащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной за­щите. Основные составляющие личности военнослужащего — защит­ника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить во­инский долг.

*6.2. Памяти поколений* — *дни воинской славы России*

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отли­чившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

*6.3. Дружба, войсковое товарищество* — *основа боевой го­товности частей и подразделений*

Особенности воинского коллектива, значение войскового товари­щества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразде­лений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

**7.** **Символы воинской чести**

*7.1. Боевое Знамя воинской части* — *символ воинской чести, доблести и славы*

Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличаю­щий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

*7.2. Ордена* — *почетные награды за воинские отличия и за­слуги в бою и военной службе*

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Ге­рой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

*7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации* Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого

Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу воору­жения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уво­ленных в запас или отставку.

**8.** **Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)**

*8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Началь­ная военная подготовка в войсках*

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части.

Ознакомление с историей части, ее боевым пу­тем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подго­товке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписани­ем занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопас­ности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

*8.2. Размещение и быт военнослужащих*

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъ­ем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение воен­нослужащих.

*8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда* Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготов­ка суточного наряда.

*8.4. Организация караульной службы, обязанности часового* Организация караульной службы, общие положения. Наряд кара­улов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

*8.5. Строевая подготовка*

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

*8.6. Огневая подготовка*

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрель­бе. Практическая стрельба.

*8.7. Тактическая подготовка*

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности сол­дата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

*8.8. Физическая подготовка*

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Прове­дение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

Календарно-Тематическое планирование

УРОКОВ ОБЖ

10 КЛАСС

| № урока | **Наименование содержательной линии, раздела и темы урока** | **Параграф****учебника** | **Дата** |
| --- | --- | --- | --- |
| **план.** | **факт.** |
| **I** | **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях** |  |  |  |
| *1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения* |  |  |  |
| 1 | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях | § 1.1 |  |  |
| 2 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних | § 1.2, 1.3 |  |  |
| 3 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера | § 1.4 |  |  |
| 4 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера | § 1.4 |  |  |
| 5 | Единая государственная система предупреждений и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи | § 1.5 |  |  |
| 6 | Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности | § 1.6 |  |  |
| 7 | Контроль знаний (тестирование) |  |  |  |
| *2.Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны* |  |  |  |
| 8 | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО | § 2.1 |  |  |
| 9 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | § 2.2 |  |  |
| 10 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | § 2.2 |  |  |
| 11 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | § 2.2 |  |  |
| 12 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуа­циях военного и мирного времени | § 2.3 |  |  |
| 13 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени | § 2.4 |  |  |
| 14 | Средства индивидуальной защиты населения | § 2.5 |  |  |
| 15 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация гражданской обороны в общеобра­зовательном учреждении | § 2.6, 2.7 |  |  |
| 16 | Контроль знаний (тестирование) |  |  |  |
| **II** | **Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни** |  |  |  |
| *3.Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний* |  |  |  |
| 17 | Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их клас­сификация и профилактика | § 3.1-3.2 |  |  |
|  *4.Основы здорового образа жизни* |  |  |  |
| 18 | Здоровый образ жизни и его составляющие | § 4.1 |  |  |
| 19 | Биологические ритмы и их влияние на работо­способность человека | § 4.2 |  |  |
| 20 | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека | § 4.3 |  |  |
| 21 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | § 4.4 |  |  |
| 22 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | § 4.4 |  |  |
| 23 | Контроль знаний (тестирование) |  |  |  |
| **III** | **Основы военной службы** |  |  |  |
|  *5.Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества* |  |  |  |
| 24 | История создания Вооруженных Сил Российской Федерации | § 5.1 |  |  |
| 25 | Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение | § 5.2 |  |  |
| 26 | Функции и основные задачи современных Во­оруженных Сил России, их роль и место в систе­ме обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил | § 5.3 |  |  |
| 27 | Другие войска, их состав и предназначение | § 5.4 |  |  |
|  *6.Боевые традиции Вооруженных Сил России* |  |  |  |
| 28 | Патриотизм и верность воинскому долгу- основные каче­ства защитника Отечества | § 6.1 |  |  |
| 29 | Памяти поколений- дни воинской славы России | § 6.2 |  |  |
| 30 | Дружба, войсковое товарищество - основа бое­вой готовности частей и подразделений | § 6.3 |  |  |
|  *7. Символы воинской чести* |  |  |  |
| 31 | Боевое Знамя воинской части - символ воин­ской чести, доблести и славы | § 7.1 |  |  |
| 32 | Ордена - почетные награды за воинские отли­чия и заслуги в бою и военной службе | § 7.2 |  |  |
|  33 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | § 7.3 |  |  |
| 34 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | § 7.3 |  |  |
| 35 | Промежуточная аттестация. Контроль знаний (тестирование) |  |  |  |

**Перечень литературы для учителя:**

* Учебник: «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс», А.Т.Смирнов, Мишин Б.И., Васнев В.А. и др., под ред. Смирнова А.Т., М.,
* Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». 10 класс.
* Смирнов А.Т., Мишин Б.И. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Книга для учителя.
* В аснев В. А.. Чиненный С Л «Основы полготовки тс военной службе4\*' Методические материалы и документы: Книга для учителя
* Армия государства Российского и защита Отечества: Пособие для учащихся 10 классов .Под общ. ред. В.В.Смирнова.

**Перечень литературы для учащихся:**

* Учебник: «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс», А.Т.Смирнов, Мишин Б.И., Васнев В.А. и др., под ред. Смирнова А.Т., М.,