

УДК 373.167.1:614.8+614.8(075.3)

ББК 68.9я721

О-75

Авторы:

Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов

Руководитель проекта: Н. В. Гололобов

Учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10—11 классов общеобразовательных организаций под редакцией С. Н. Егорова

Учебник допущен к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, в соответствии с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 858 от 21.09.2022 г.

**Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс :**  
О-75 учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов ; под ред. С. Н. Егорова. — Москва : Просвещение, 2023. — 383, [1] с. : ил., 4 л. цв. вкл.  
ISBN 978-5-09-102337-4.

Учебник написан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования и пособием «Основы безопасности жизнедеятельности. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией С. Н. Егорова. 10—11 классы».

Учебник, построенный по модульному принципу, содержит важнейшие правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях (техногенного, природного и социального происхождения), которые могут возникнуть в повседневной жизни. Учебник также содержит разделы, посвящённые здоровью и здоровому образу жизни, оказанию первой помощи при различных несчастных случаях.

Большое внимание уделяется обороне государства и подготовке юношей-старшеклассников к службе в Вооружённых Силах Российской Федерации.

Дополнительные материалы к учебнику размещены на интернет-ресурсе [www.prosv.ru](http://www.prosv.ru).

**УДК 373.167.1:614.8+614.8(075.3)**  
**ББК 68.9я721**

**ISBN 978-5-09-102337-4**

© АО «Издательство «Просвещение», 2023  
© Художественное оформление.  
АО «Издательство «Просвещение», 2023  
Все права защищены

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>От авторов</b> .....	3
-------------------------	---

### **Модуль** > **«ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ»**

#### **Глава 1**

##### **Культура безопасности жизнедеятельности населения**

§ 1. Формирование культуры безопасности жизнедеятельности населения .....	4
§ 2. Личностный фактор в обеспечении безопасности жизнедеятельности .....	8

#### **Глава 2**

##### **Опасности вовлечения молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность**

§ 3. Опасность вовлечения молодёжи и подростков в незаконные протестные акции .....	12
§ 4. Явные и скрытые опасности современных развлечений молодёжи .....	16
§ 5. Опасные явления в социальном взаимодействии .....	25
§ 6. Как не стать жертвой информационной войны .....	34

#### **Глава 3**

##### **Безопасность в природной среде и экологическая безопасность**

§ 7. Источники опасности в природной среде .....	49
§ 8. Чрезвычайные ситуации природного характера .....	51
§ 9. Экологическая безопасность и охрана окружающей среды .....	61
§ 10. Средства защиты и предупреждения от экологических опасностей .....	70

#### **Глава 4**

##### **Безопасность на транспорте**

§ 11. Транспортная безопасность .....	80
§ 12. Правила безопасности для участников дорожного движения .....	86

**Модуль >**  
**«ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА»**

**Глава 5**

**Правовые основы подготовки граждан к военной службе**

§ 13. Законодательство Российской Федерации об обороне государства . . . . .	96
§ 14. Законодательство Российской Федерации о воинской обязанности и военной службе . . . . .	102
§ 15. Организация воинского учёта . . . . .	104
§ 16. Допризывная подготовка . . . . .	108

**Модуль >**  
**«ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»**

**Глава 6**

**Выбор воинской профессии**

§ 17. Есть такая профессия — Родину защищать . . . . .	114
§ 18. Подготовка граждан по военно-учётным специальностям . . . . .	119
§ 19. Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ России, МЧС России . . . . .	123

**Глава 7**

**Воинские символы, традиции и ритуалы  
в Вооружённых Силах Российской Федерации**

§ 20. Воинские символы и традиции Вооружённых Сил Российской Федерации . . . . .	128
§ 21. Традиции Вооружённых Сил Российской Федерации . . . . .	132
§ 22. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации . . . . .	134

**Модуль >**  
**«ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ОТ ОПАСНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ»**

**Глава 8**

**Организация защиты населения от опасных  
и чрезвычайных ситуаций**

§ 23. Основы законодательства Российской Федерации и основные направления по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций . . . . .	138
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

§ 24. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций .....	144
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

## Глава 9

### Чрезвычайные и опасные ситуации регионов

§ 25. Опасности, которые могут возникнуть в вашем регионе, и безопасное поведение при их возникновении .....	150
§ 26. Безопасное поведение в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий .....	156

## Модуль

### «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

## Глава 10

### Экстремизм и терроризм — угрозы обществу и каждому человеку

§ 27. Сущность явлений экстремизма и терроризма .....	160
§ 28. Противодействие экстремизму и терроризму и ответственность граждан в этой области .....	166

## Глава 11

### Противодействие экстремизму и терроризму

§ 29. Общегосударственное противодействие экстремизму и терроризму .....	177
§ 30. Деятельность государства при реальной угрозе террористической опасности .....	181

## Модуль

### «ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

## Глава 12

### Здоровый образ жизни как средство обеспечения благополучия личности

§ 31. Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни .....	190
§ 32. Преимущества здорового образа жизни .....	193

**Модуль** >  
**«ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ  
 И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»**

**Глава 13**

**Освоение основ медицинских знаний**

§ 33. Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения .....	202
§ 34. Неинфекционные и инфекционные заболевания и их профилактика .....	206
§ 35. Безопасность при возникновении биолого-социальных чрезвычайных ситуаций .....	213

**Модуль** >  
**«ЭЛЕМЕНТЫ НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ»**

**Глава 14**

**Основы военной службы**

§ 36. Строевая подготовка и воинское приветствие .....	222
§ 37. Оружие пехотинца и правила обращения с ним. ....	229
§ 38. Действия в современном общевойсковом бою .....	240
§ 39. Средства индивидуальной защиты и оказание первой помощи в бою .....	246

<b>Примерные темы проектов</b> .....	253
--------------------------------------	-----

<b>Интернет-ресурсы</b> .....	253
-------------------------------	-----

<b>Литература</b> .....	254
-------------------------	-----

<b>Словарь</b> .....	257
----------------------	-----

<b>Приложения</b> .....	266
-------------------------	-----

<i>Приложение 1. Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция) .....</i>	266
-------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

<i>Приложение 2. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (извлечения) .....</i>	330
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

<i>Приложение 3. Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (извлечения) .....</i>	349
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

<i>Приложение 4. Требования к комплектации медицинскими изделиями аптечки для оказания первой помощи работникам. . . . .</i>	<i>352</i>
<i>Приложение 5. Требования к комплектации медицинскими изделиями укладки для оказания первой помощи в сельских поселениях . . . . .</i>	<i>358</i>
<i>Приложение 6. Требования к комплектации медицинскими изделиями укладки для оказания первой помощи пострадавшим на железнодорожном транспорте при оказании услуг по перевозкам пассажиров . . . . .</i>	<i>366</i>

