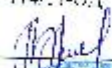


СОГЛАСОВАНА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2019г.

СОГЛАСОВАНА
заместителем директора по УВР

П.И. Копылов

УТВЕРЖДЕНА
приказом
от «30» августа 2019 г.
№ 114/1-ОД


Н.Ю. Вокрусев



**Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности**

10 класс

на 2019 - 2020 учебный год

Составитель рабочей программы
Гладких Семён Владимирович, учитель ОБЖ

Год составления 2019

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- 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;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебно-тематический план

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
		Класс
1	Государственная система обеспечение безопасности населения. Правила и безопасность дорожного движения	6
1.1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в	1
1.2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта	1
1.3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1
1.4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1
1.5	Профилактика и предупреждение дорожно-транспортных	1
1.6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	1
1.7	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности	1
1.8	Гражданская оборона (ГО), основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1
1.9	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1
1.10	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1
1.11	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1
1.12	Средства индивидуальной защиты	1
1.13	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1
1.14	Организация ГО в общеобразовательном учреждении	1
2	Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности	15
2.1	Основные инфекционные заболевания, их классификация и	4
2.2	Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его составляющие. Вредные привычки их влияние на здоровье. Профилактика вредных	6
2.3	Биологические ритмы и работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья	5
3	Основы обороны государства и воинская обязанность	13
3.1	История создания Вооруженных сил Российской Федерации	1
3.2	Организационная структура Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил, рода войск. История их создания и предназначение	2

3.3	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной	2
3.4	Другие войска их состав и предназначение	1
3.5	Боевые традиции Вооруженных сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества	1
3.6	Памяти поколений – дни воинской славы России	1
3.7	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1
3.8	Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и	1
3.9	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1
3.10	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	1
	Итого	34

Раздел I. Государственная система обеспечение безопасности населения. Правила и безопасность дорожного движения

1.1 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях

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, правила обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта

Практические занятия: обсуждение с обучаемыми наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила поведения в метях с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др. Правила поведения для предотвращения теракта: обращение внимания на подозрительные пакеты, коробки. Изучить с признаки взрывных устройств. Правила поведения при захвате заложником и в районе совершения террористического акта.

1.3 Уголовная ответственность несовершеннолетних

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведения 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, техногенного и социального характера

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

1.5 Профилактика и предупреждение дорожно-транспортных происшествий (ДТП)

Соблюдение правил безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Уметь адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья. Прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

1.6 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 ЧС. Правила и обязанности граждан в области защиты от ЧС.

1.7 Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (ФЗ «О защите территории и населения от ЧС 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.

1.8 Гражданская оборона (ГО), основные понятия и определения, задачи гражданской обороны

ГО, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления ГО. Структура управления и органы управления ГО.

1.9 Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва.

Химическое оружие, классификация отравляющих веществ по предназначению и воздействию на организм человека.

Бактериологическое (биологическое) оружие.

Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

1.10 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени

Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о ЧС, примерное ее содержание, действие населения о по сигналам оповещения о ЧС.

1.11 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени

Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

1.12 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.

1.13 Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС

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

1.14 Организация ГО в общеобразовательном учреждении

Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План ГО образовательного учреждения. Обязанности обучающихся.

Раздел II. Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности

2.1 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.

2.2 Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его составляющие. Вредные привычки их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

ЗОЖ – индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранения и укрепления здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значении 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, обеспечивающий высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. Алкоголь, его влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижения 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.

2.3 Биологические ритмы и работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья 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.

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

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

Раздел III. Основы обороны государства и воинская обязанность

3.1 История создания Вооруженных сил 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 РФ, основные предпосылки военной реформы.

3.2 Организационная структура Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил, рода войск.

История их создания и предназначение

Организационная структура Вооруженных сил.

Виды Вооруженных сил (Сухопутные войска, ВВС, ВМФ) история их создания и предназначение.

Рода войск Вооруженных сил (РВСН, ВДВ, войска военно-космической обороны) история их создания и предназначение.

3.3 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 основное содержание.

3.4 Другие войска их состав и предназначение

Пограничные войска ФСБ, внутренние войска МВД, войска гражданской обороны, войска правительственной связи, железнодорожные войска, их состав и предназначение.

3.5 Боевые традиции Вооруженных сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества

Виды боевых традиций. 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 ее вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

3.6 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.

3.7 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.

3.8 Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы

Боевое знамя воинской части – особый почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

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

3.9 Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

История государственных наград за военные отличия в России. Государственные награды РФ.

3.10 Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени части. Порядок вручения оружия и боевой техники. Порядок проводов военнослужащих уволенных в запас или отставку.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАН ПО ОБЖ 10 КЛАСС

№ урока	Дата проведения урока		Тема урока
	План	Факт	
Раздел 1 Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности (6 ч.) - контрольные- 1 - теоретических - 5 -практических-0			
1			Здоровый образ жизни и его составляющие. Вредные привычки их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
2			Биологические ритмы и работоспособность человека Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека
3			Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека
4			Основные инфекционные заболевания и их классификация
5			Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества
6			Правила и безопасность дорожного движения
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения (16 ч.) - контрольные- 1 - теоретических - 13 -практических- 2			
7			Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях
8			Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта
9			Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта
10			Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта
11			Правила поведения в ситуациях криминогенного характера, во время совершения террористического акта
12			Уголовная ответственность несовершеннолетних
13			Правила поведения в условиях ЧС природного, техногенного и социального характера
14			Профилактика и предупреждение дорожно-транспортных происшествий (ДТП)
15			Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи
16			Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности
17			Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны
18			Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях
19			Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени
20			Средства индивидуальной защиты населения
21			Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС
22			Контрольная работа

Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность (13ч.) - контрольные- 1 - теоретических - 6 -практических-6			
23			Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.
24			Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил.
25			Другие войска, их состав и предназначение с учётом концепции государственной политики РФ по военному строительству
26			Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.
27			Памяти поколений - дни воинской славы России.
28			Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.
29			Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.
30			Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.
31			Контрольная работа № 2 по разделу «Основы обороны государства и воинская обязанность».
32			Прикладная физическая подготовка. Техника преодоления различных препятствий.
33			Прикладная физическая подготовка. Техника преодоления различных препятствий.
34			Прикладная физическая подготовка. Техника преодоления различных препятствий.
35			Прикладная физическая подготовка. Техника преодоления различных препятствий.

Общее число теоретических уроков – 24

Общее число практических уроков – 8

Общее число контрольных – 3

Аннотация к рабочей программе

1. Рабочая программа по ОБЖ для обучающихся 10 класса составлена на основе на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.
2. Рабочая программа составлена на основе 2-го издания программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» УМК: разработан группой авторов под общей редакцией А.Т. Смирнова .Она является частью образовательной области ОБЖ и предназначена для учащихся 10-х классов.
3. Рабочая программа имеет базовый уровень и направлена на достижение следующих задач:

--воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;

-развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

-освоение 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 ситуациях; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных ситуациях, о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

-овладение умениями предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также из анализа специальной информации, получаемых из различных источников, принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Количество часов, предусмотренных на изучение предмета «ОБЖ» в неделю 1 всего за год 34 часа.