

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Хрипуновская средняя школа»

Принята
заседании педагогического совета
30.08.2017 № 14

Утверждена на
приказом по школе протокол от
от 01.09.2017 № 166/1

Рабочая программа по ОБЖ 10 класс

Срок реализации: 1 год

Составитель: Пригульников М. В.

учитель первой квалификационной категории

с. Хрипуново

2017

I. **Пояснительная записка.**
Статус документа

Рабочая программа составлена на основании федерального компонента Государственного образовательного стандарта общего образования, утверждённого приказом Министерства образования России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» и программы для общеобразовательных учреждений по ОБЖ для 5-11 класса под общей редакцией А. Т. Смирнова (М.: Просвещение, 2011.)

Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа предназначена для углубленного изучения учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

Рабочая программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям.

Модуль I (М-1). Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел I (Р-1). Основы комплексной безопасности.

Раздел II (Р- II). Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций. Модуль II

(М- II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Раздел III (Р-III). Основы

здорового образа жизни. Раздел IV (Р-IV). Основы медицинских знаний и оказание первой

медицинской помощи. Модуль III (М-111). Обеспечение военной безопасности го-

сударства. Раздел V (Р- V). Основы обороны государства. Раздел VI (Р- VI). Основы военной

службы. Реализация рабочей программы позволит сформировать у обучаемых цельное

представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества

и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности

жизнедеятельности. Реализация программы поможет также определить направление

самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной

профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и

потребностей. Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10—11 классах направлено на

достижение следующих целей: усвоение и закрепление учащимися знаний: -об опасных и

чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, -о влиянии их

последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства,

-об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса, -о

государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций

мирного и военного времени,

-об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской

Федерации,

-об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и

чрезвычайных ситуаций, при угрозе террористического акта,

-о мерах профилактики наркомании,

- о роли здорового образа жизни для обеспечения демографической безопасности страны, - о

правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности,

-об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- усвоение учащимися содержания:

-основных положений Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области

обороны государства и противодействия терроризму,

-нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок подготовки

граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия

терроризму; усвоение учащимися знаний:

- о предназначении, основных функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации,
- о видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск,
- о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации,
- об участии Вооруженных Сил России в контртеррористических операциях,
- о государственных и военных символах Российской Федерации;
- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей по защите Отечества; развитие у учащихся: - личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта,
- потребности в соблюдении норм здорового образа жизни,
- потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России в области безопасности жизнедеятельности,
- физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках. Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- умение вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути

продолжения своего образования.

В 10 классе предусмотрено проведение учебных сборов (40 ч), в течение которых учащиеся закрепляют и совершенствуют знания и умения по основам военной подготовки (строевая, огневая и тактическая подготовка), а также знакомятся с бытом военнослужащих.

Рабочая программа вносит изменения в авторскую программу в связи с тем в 10-11 классах, так как согласно учебному плану школы на изучение предмета ОБЖ отводится 1 час в неделю, а в программе дано календарно-тематическое планирование на 2 часа.

II. Основное содержание.

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

1.1. Автономное пребывание человека в природной среде Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к

автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде.

1.2. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль

человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

1.4. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

1.5. Правила личной безопасности при пожаре

Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение

мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1.6. Обеспечение личной безопасности на водоемах в раз личное время года

Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды.

1.7. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях

Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

1. 8. 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.

1.9. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.

1. 10. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности

Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

Тема 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни и обвалы, лесные пожары — опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей.

2.2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера

Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера — геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия

2.4. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно-опасном, на химически опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера

3.3. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление.

3.5. Наркотизм и национальная безопасность России

Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли. Основные составляющие наркотизма.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Тема 4. Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

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

Положения Конституции Российской Федерации, основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций при родного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

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

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Тема 6. Здоровый образ жизни и его составляющие

6.1. Здоровый образ жизни

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.

6.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

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

6.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

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

6.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.

6.5. Правила личной гигиены

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

Тема 5. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

5.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая 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.

5.2. 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.

Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел V. Основы обороны государства.

Тема 7. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

7.1. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

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.

7.2. Основные виды оружия и их поражающие факторы Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва.

Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

7.3. Оповещение и информирование населения о 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.

7.4. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного 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).

7.5. Средства индивидуальной защиты

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

7.6. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных 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.

7.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся.

Тема 8 .Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества

8.1.История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV – XV вв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I Великого, 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.

8.2.Памятники 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.

8.3. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

Тема 9. Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск

9. 1. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск

9. 2. Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС

9. 3. Военно-Морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ

9.4. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН

9. 5. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение

9.6. Космические войска, их состав и предназначение

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

Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, их предназначение. Войска гражданской обороны, входящие в состав МЧС России, их задачи в мирное и военное время.

Тема 10. Боевые традиции Вооруженных Сил России

10.1. 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 её интересам , защищать от врагов – основное содержание патриотизма.

Воинский долг – обязанность военнослужащего по вооруженной защите Отечества . Основные составляющие личность военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг.

10.2. Дружба и войсковое товарищество — основы 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.

Раздел VI. Основы военной службы

Тема 11. Размещение и быт военнослужащих.

11.1. Размещение военнослужащих. Размещение военнослужащих. Содержание помещений, противопожарная защита, охрана окружающей среды.

11.2. Распределение времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка, завтрак, обеды ужин, учебные занятия. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

11.3. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих

Тема 12. Суточный наряд, общие обязанности суточного наряда.

12.1. Суточный наряд. Общие положения.
обязанности лиц суточного наряда.

Общие

12.2. Обязанности дежурного по роте. Дежурный по роте. Основные обязанности дежурного по роте.

12.3. Обязанности дневального по роте. Дневальный по роте. Общие обязанности дневального по роте.

Тема 13. Организация караульной службы.

13.1. Организация караульной службы. Общие положения.

13.2. Часовой и его неприкосновенность.

13.3. Обязанности часового.

Тема 14. Строевая подготовка.

14.1. Строй и управление ими.

14.2. Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка, повороты на месте и в движении.

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

14.4. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

14.5. Строй отделения, развернутый строй, походный строй.

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

Тема 15. Огневая подготовка.

15.1. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение.

15.2. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приемы и правила стрельбы из автомата. Подготовка автомата к стрельбе. Меры безопасности при стрельбе.

Тема 16. Тактическая подготовка

16.1. Современный бой.

Основные виды современного боя.

16.2 Обязанности солдата в бою. 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.

III. Тематическое планирование

№ раздела	Наименование раздела	Кол-вочасов
Р-I	Основы комплексной безопасности	11
Р-II	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	2
Р-III	Основы здорового образа жизни (5 часов).	5
Р-V	Основы обороны государства	10
Р-VI	Основы военной службы.	6
Всего		34

IV. Требования к уровню подготовки учащихся.

В результате изучения ОБЖ ученик должен:

знать:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т. д.);
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.