

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа поселка Борское
Гвардейского городского округа»**

Рассмотрено на заседании
МО старших классов

протокол № 5

от 23 июня 2017 г

Руководитель МО
Лисицына А.А.

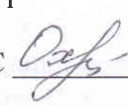


Утверждена на заседании
МС

Протокол № 5

от 26 июня 2017 г

Председатель МС
Охрименко В.В.



Разрешена к применению
приказом директора школы

Приказ № 68
от 28 июня 2017 г

Директор школы
Литвинчук Т.Н.



**Рабочая программа учебного предмета
«О Б Ж»
в 10 классе на 2017-2018 учебный год**

**Разработчик
Подскальнюк Ф.П., учитель ОБЖ**

пос. Борское
2017 год

Введение

Рабочая программа составлена на основе Программы общеобразовательных учреждений по «Основам безопасности жизнедеятельности для 1-11 классов» (основная школа, средняя (полная школа): под общей редакцией Смирнова А.Т. М.:Просвещение, 2008.

Учебник – «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 класса А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Издательство «Просвещение», 2011 г

Программа по основам безопасности жизнедеятельности среднего (полного) общего образования разработана на основе федерального компонента Государственного стандарта среднего (полного) общего образования и в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Программа рассчитана на изучение курса в 10 классе, «Основ безопасности жизнедеятельности» на 75 учебных часов (из них 40 часов – на учебные сборы). Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в количестве 35 часов, из расчета 1 час в неделю.

Программа для 10 классов предназначена для изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

В курсе ОБЖ для 10 классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом "О воинской обязанности военной службе" письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14 07 98 г №1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10 классов введен раздел "Основы военной службы" Раздел Основы военной службы" органически связан с другими разделами курса и направлен прежде всего на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, патриотическое (военнопатриотическое воспитание) старшеклассников В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения.

В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, истории создания Вооруженных Сил, их организационной структуре, функции и основных задачах боевых традициях и символах воинской чести, об основных воинских обязанностях. В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практически; навыков программой курса предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса на базе воинской части в конце учебного года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (40 часов учебного времени).

Программа курса ОБЖ предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками. Вместе с тем темы «Учебные сборы» (10 класс) являются необязательными для девушек.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней (полной) 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 основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;

- **овладение умением** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;
- **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;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся следующих умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

Требования к уровню подготовки учащихся 10 класса

Оценка "5" выставляется, если ответ:

полный, содержание материала раскрыто в объеме программы и отличается самостоятельностью суждений обучающихся, использованы ранее приобретенные знания (на уроках ОБЖ и других предметах), а также знания из личного опыта и опыта других людей; ответ построен логично, грамотно и последовательно с использованием общенаучных приемов (анализа, сравнения, сопоставления, обобщения и выводов); четко даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

Оценка "4" выставляется, если:

раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно, грамотно в речевом отношении; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; встречаются 1-2 неточности в ответе, определение понятий неполное, допускаются незначительные нарушения последовательности, искажение научного термина (в выводах и обобщениях).

Оценка "3" выставляется, если:

усвоено основное содержание предмета ОБЖ, но изложение фрагментарное, не всегда последовательное; определения понятий даны недостаточно четко; не используются в качестве доказательства выводы и обобщения, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя; допускаются ошибки и неточности в использовании научной терминологии.

Оценка "2" выставляется, если:

не раскрыто основное содержание учебного материала; не даны ответы на вспомогательные вопросы; допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускник должен:

Учащиеся должны знать/понимать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению национальной безопасности России;
- социально-демографические процессы, происходящие в России и их влияние на безопасность государства; перспективы развития ядерной энергетики в стране и обеспечение радиационной безопасности населения;
- индивидуальные меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта, правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника и при освобождении заложников спецподразделениями;
- основные источники опасностей в природе, техносфере и социуме;
- основные чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера и их классификация;
- организацию в Российской Федерации защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- основы здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека, обеспечивающей ему личную безопасность и здоровье;
- основное положение Военной доктрины Российской Федерации по обеспечению военной безопасности государства;
- предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации, основные функции и задачи Вооруженных Сил по обеспечению военной безопасности государства. Виды и рода войск Вооруженных Сил. Их состав и предназначение. Другие войска и их предназначение;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и дни воинской славы России;
- основные составляющие воинской обязанности граждан Российской Федерации; организацию воинского учета и его предназначение;
- организацию медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет;
- правовые основы военной службы (основные положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащего»);
- основные виды воинской деятельности;
- содержание начальной военной подготовки военнослужащих в войсках;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;

- основные способы передвижения солдата в бою;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- ориентирование на местности по карте и определение своего местонахождения;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;
- об организации Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- о современных средствах поражения и их поражающих факторах;
- об основах здорового образа жизни и основных его составляющих;
- о способах выживания в природных условиях, в различных климатических зонах;
- о воинской обязанности и военной службе, о порядке организации элементов управления отделением, расчетом или экипажем;
- об истории и боевых традициях Вооруженных Сил России и символах воинской чести;
- о требованиях Уголовного кодекса Российской Федерации при нарушении норм поведения в повседневной жизни и при выполнении обязанностей военной службы;
- о требованиях, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина;
- об основах военной службы.

уметь:

- перечислять комплекс основных мероприятий, проводимых в регионе проживания, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- перечислять последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- перечислять основные положения Военной доктрины Российской Федерации, касающиеся обеспечения военной безопасности государства;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять воинское приветствие на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- готовить автомат к стрельбе;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- определять стороны горизонта по компасу, небесным светилам и некоторым признакам местных предметов;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни и устойчивой психологической невосприимчивости к вредным привычкам;
- формирования в себе качеств хорошего семьянина;
- владения навыками в области гражданской обороны;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- формирования психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву;
- формирования психологической, физической и профессиональной готовности к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования;
- выбора военного образовательного учреждения профессионального образования и военной профессии для подготовки к трудовой деятельности.

Виды и формы контроля:

Контроль за знаниями, умениями и навыками проводится по окончании изучения темы в виде тестов, практических работ, рефератов и других творческих работ, а также проводится текущий контроль. Используются разноуровневые тестовые задания. Итоговый и промежуточный (в конце I полугодия) контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Пояснительная записка

к рабочей программе по основам безопасности жизнедеятельности 10 класс

Данная рабочая программа составлена на основе следующих документов:

1. Закон Об образовании.
2. Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования (Приказ МО РФ от 05.03.2004№1089)
3. Приказа МО и Н РФ от 03.06.2011года №1994 «О внесении изменений в федеральный БУП и примерные учебные планы для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом МО РФ от 09.03.2004 года №1312.
4. Программы общеобразовательных учреждений по «Основам безопасности жизнедеятельности для 1-11 классов» (основная школа, средняя (полная школа): под общей редакцией Смирнова А.Т. М.:Просвещение, 2008.
5. Учебного плана МБОУ «СШ пос. Борское» на 2017-2018 уч. год.

Программа по основам безопасности жизнедеятельности среднего (полного) общего образования разработана на основе федерального компонента Государственного стандарта среднего (полного) общего образования и в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Программа рассчитана на изучение курса в 10 классе, «Основ безопасности жизнедеятельности» на 75 учебных часов (из них 40 часов – на учебные сборы). Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в количестве 35 часов, из расчета 1 час в неделю.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект: школьный учебник для **10 класса** «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2007 г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2012/2013 учебный год, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 декабря 2011 г. № 2885.,

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Программа рассчитана на изучение курса в 10 классе, «Основ безопасности

жизнедеятельности» в течение 35 часов учебного времени в год. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные **федеральным** компонентом государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для 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, государства.

В соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» и письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 N 1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10 классов введен раздел «Основы военной службы», который направлен, прежде всего, на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, военно-патриотическое воспитание старшеклассников.

Изучение раздела предусмотрено юношами (девушками – по желанию).

В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практических навыков в конце учебного года предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса на базе воинской части или на базе школы. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (40 часов учебного времени).

Задача:

Формирование у обучаемых цельного представления по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Цели:

1. Усвоение и закрепление учащимися знаний об опасных и ЧС техногенного и социального характера; о их влиянии на личность, общество, государство; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в РФ; о государственной системе обеспечения безопасности.
2. Усвоение учащимися содержания основных положений Конституции РФ и федеральных законов в области обороны и противодействия терроризму.
3. Усвоение учащимися знаний о предназначении, основных функций и задачах Вооруженных Сил РФ, о государственных и военных символах РФ.
4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.
5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из трех содержательных линий: безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; основы медицинских знаний и здорового образа жизни, основы военной службы. В программе реализованы требования Федеральных законов "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", "О гражданской обороне", "О защите населения территории от чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера" и постановлений Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года № 43 "О федеральной целевой программе "Создание развитие Российской системы предупреждения действий в чрезвычайных ситуациях", от 24 июля 1995 года № 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций".

Программа рассчитана на 35 часов (1 час в неделю)

Содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс

I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

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

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки 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.

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

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.

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.)

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

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

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

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по назначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях

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)

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

Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение План гражданской обороны образовательного учреждения Обязанности обучаемых.

II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

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.

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.

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.

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 культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия.

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

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

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 систему, сердечно-сосудистую систему 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

III. Основы военной службы

5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIУ-XУ веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, ее особенности Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации Войска ПВО, история создания, предназначения, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской Флот, история создания, предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные 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. Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция российской армии и флота.

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. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой 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.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий:

1. Программа для общеобразовательных учреждений по «Основам безопасности жизнедеятельности для 5-11 классов» (основная школа, средняя (полная школа): под общей редакцией Смирнова А.Т. М.:Просвещение, 2008.

2. Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2011 г. Учебник для 10 класса «Основы безопасности жизнедеятельности», включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования

и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2012/2013 учебный год, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 декабря 2011 г. № 2885,

3. Смирнов А.Т., Мишин Б.И. Методические материалы по курсу ОБЖ книга для учителя М.: «Просвещение», 2010г.

4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы. Поурочные разработки. М. Просвещение, 2009 г. .

5. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, М.: Просвещение, 2008.

6. Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

Основные ЗУН

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе ученик должен знать:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях ЧС, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в РФ от ЧС 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 ВС РФ, государственные и военные символы РФ.

Ученик должен уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы ЧС и во время ЧС;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением военной службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата).

Методическая литература, в том числе Интернет-ресурсы

1. Смирнов А.Т., Тупикин Е.И. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007.

2. Соловьев С.С. Алкоголь, табак и наркотики - главные враги здоровья человека: Учебно-методическое пособие. - 2-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2006.

3. К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста . - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008

4. Чумаков Б.Н. 10 заповедей сохранения жизни. - М.: Пед. общество России, 2005

5. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников М: «Просвещение», 2011 Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 10 класс

6. Основы медицинских знаний. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. М.: АСТ ЛТД, 1997

7. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.

Конституция Российской Федерации.

Федеральные законы: "О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера", "О безопасности", "О пожарной безопасности", "О безопасности дорожного движения", "Об обороне", "О гражданской обороне".

Сайты, используемые при подготовке уроков, сообщений, докладов и рефератов.

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дома «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net

Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru
Образовательные ресурсы Интернета- Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	http://ww.econavt-catalog.ru
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё Безопасности Жизнедеятельности	http://www.bezopasnost.edu66.ru
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http://www.hardtime.ru

Средства обучения

1. Печатные пособия

- **Плакаты "Действия населения при авариях и катастрофах техногенного характера"**
Плакаты рассказывают о действиях населения при авариях с выбросом хлора, аммиака, при разливе ртути, со взрывами и пожарами, при радиоактивном загрязнении и правилам поведения на радиоактивной загрязненной местности
- **Плакаты "Осторожно! Терроризм"**
Комплект содержит 3 ламинированных плаката размером
- **Плакаты "Первая медицинская помощь при чрезвычайных ситуациях"**
10 плакатов размером
- **Плакаты "Терроризм - угроза обществу"**
Комплект содержит 10 ламинированных плакатов размером
- **Плакаты "Умей действовать при пожаре"**
- **Плакаты "Правила поведения в аварийных ситуациях на транспорте"**
Показаны основные правила поведения людей в аварийных ситуациях на транспорте
- **Плакаты "Правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера"**
Показаны основные правила поведения людей при химических, радиационных авариях, пожарах и т.д.
- **Плакаты "Правила поведения в ЧС природного характера"**
Показывает основные правила поведения людей при землетрясениях, лавинах, оползнях и т.п.

2. Учебно - практическое оборудование.

Противогаз ГП-7

Респиратор Р-2

Аптечка индивидуальная АИ-2

Сумка санинструктора

Аптечка первой медицинской помощи, шины, резиновый жгут, бинты

3. Информационно- коммуникационные средства.

Презентации к уроку 10 класс

4. Технические средства обучения

Компьютер, мультимедийный проектор, экран проекционный, принтер.

Учебно-тематический план: 10 класс ОБЖ

<i>№ п/п</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Содержание</i>	<i>Количество часов</i>
1.	Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		13
	Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения (ПБП)	1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Практическая работа 2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера 3. Уголовная ответственность несовершеннолетних 4. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера 5. РСЧС и ее структура и задачи 6. Законы РФ по обеспечению безопасности	6
	Глава 2. ГО – составная часть обороноспособности страны	1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи 2. Современные средства поражения, поражающие факторы, мероприятия по защите 3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени 4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени 5. Средства индивидуальной защиты 6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС 7. Организация ГО в ОУ	7
2	Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10 часов		10
	Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	1. Сохранение и укрепление здоровья – часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности 2. Основные инфекционные заболевания, классификация и профилактика 3. Практическая работа	3
	Глава 4. Основы здорового образа жизни	1. ЗОЖ и его составляющие 2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность 3. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность 4. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность 5. Значение двигательной активности и физической культуры на здоровье человека 6. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика 7. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика	7
3	Раздел 3. Основы военной службы		12
	Глава 5. ВС РФ – защитники нашего	1. История создания ВС РФ 2. Организационная структура ВС.	6

	отечества	3. Виды, рода войск. 4. История создания и предназначения 5. Функции и основные задачи современных ВС РФ, роль, место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС 6. Другие войска, их состав и предназначение	
	Глава 6. Боевые традиции ВС России	1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника отечества 2. Памяти поколений – дни воинской славы России 3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	3
	Глава 7. Символы воинской чести	1. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы 2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги 3. Ритуалы ВС РФ	3
	Всего		35

Темы учебных сборов 10 класс (Практические занятия)

№ п/п	Содержание	Количество часов
	Основы военной службы (подготовка к учебным сборам)	40
1	Начальная военная подготовка в войсках	1
2	Размещение и быт военнослужащих	3
3	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	4
4	Организация караульной службы, обязанности часового	4
5	Строевая подготовка	4
6	Огневая подготовка	14
7	Тактическая подготовка	5
8	Физическая подготовка	5
	Всего	40

Календарно-тематическое планирование: 10 класс ОБЖ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
1	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1	
2	1.2.Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1	
3	1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	
4	1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1	
5	1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи	1	
6	1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	

7	2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1	
8	2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1	
9	2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1	
10	2.4. Организация инженерной защиты	1	
11	2.5. Средства индивидуальной защиты	1	
12	2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	1	
13	2.7. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	1	
14	3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1	
15	3.2. Инфекционные заболевания, их классификация	1	
16	3.3. Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1	
17	4.1. Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье	1	
18	4.2. Основные составляющие здорового образа жизни	1	
19	4.3. Биологические ритмы	1	
20	4.4. Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	1	
21	4.5. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1	
22	4.6. Вредные привычки, их влияние на здоровье	1	
23	4.7. Профилактика вредных привычек	1	
24	5.1. История создания Вооруженных Сил России	1	
25	5.2. История создания Вооруженных Сил России	1	
26	5.3. Организационная структура Вооруженных Сил России	1	
27	5.4. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение	1	
28	5.5. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России,	1	
29	5.6. Другие войска, их состав и предназначение	1	
30	6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1	
31	6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.	1	
32	6.3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1	

33	6.4. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1	
34	6.5. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1	
35	6.6. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			теоретические	практические
I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	13		
1	Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.	6	5	1
2	Раздел 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	7	5	2
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10		
3	Раздел 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	3	2	1
4	Раздел 4. Основы здорового образа жизни.	7	4	3
III	Основы военной службы	12		
5	Раздел 5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.	6	6	
6	Раздел 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	6	5	1
	Итого:	35		