

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 города Гвардейска»**

238210, Калининградская область,
гор. Гвардейск, ул. Тельмана 30-а,

тел/факс: 8-401-59-3-16-96
E – mail: gvardejskschool@mail.ru
<http://www.gvardejskschool.ru>.

Рекомендована к использованию
Педагогический совет
Протокол от 28.06. 2018 г. № 9



Утверждаю
Приказ от 28.06.2018 г. № 550
Директор школы
 Дуганова Г.И.

Рабочая программа

Наименование учебного предмета **основы безопасности жизнедеятельности**

Класс **10 (профильный уровень)**

Срок реализации программы, учебный год **2018-2019**

Рабочую программу составил **Николаенко А.Е.**

г. Гвардейск

2018 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета	стр 3
2. Содержание учебного предмета	стр 4
3. Поурочно-тематическое планирование	стр 8
4. Описание учебно-методического обеспечения образовательного процесса	стр 10

I. Планируемые результаты освоения учебной программы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

По окончании курса ОБЖ в 10 классе обучающийся должен:

знать/понимать:

- основные причины вынужденного автономного существования;
- правила поведения в ситуациях криминогенного характера;
- чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и правильно действовать в сложившейся обстановке;
- историю и задачи РСЧС;
- современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- правила оповещения населения;
- устройство и правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты;
- основные понятия, функции и показатели здоровья, признаки инфекционных заболеваний и профилактические мероприятия;
- основные понятия и структуру здорового образа жизни;
- негативное влияние вредных привычек;
- историю создания ВС РФ;
- организационную структуру ВС РФ;
- основные боевые традиции и ритуалы ВС РФ;

уметь:

- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию;
- осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- при оказании первой медицинской помощи;
- для ведения здорового образа жизни;
- для развития у себя духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи.

II. Основное содержание учебного предмета

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

Основы правил дорожного движения.

Повторение всех обязанностей пешеходов в соответствии с разделом Правил дорожного движения РФ. Систематизация знаний по навыкам предвидения и предупреждения возникновения дорожных «ловушек». Оценка дорожных ситуаций: определение вида дороги, по которой движется пешеход, определение участка дороги, где пешеход намерен перейти проезжую часть. Количество участников данного момента (какие транспортные средства представляют опасность, какие нет, сколько пешеходов идет в попутном направлении, сколько во встречном, кто из участников дорожного движения уже допускает нарушение ПДД и т.д.).

Умение сделать вывод о безопасности данной дорожной ситуации и роли участвовавшего в ней и его дальнейших действиях.

Группы дорожных знаков. Их значение и способы применения. Другие средства регулирования дорожного движения (светофоры (повторить кратко), дорожная разметка, сооружения и др.).

Система информирования участников дорожного движения с помощью дорожных знаков и средств регулирования. «Чтение дороги» по видео- или фото- материалам реальных дорожных ситуаций. Что должен уметь «прочитать» пешеход, а что водитель.

Виды ответственности, действующие на территории РФ и в других странах. Ответственность граждан: административная, уголовная, гражданская. Ответственность несовершеннолетних участников дорожного движения.

1.2. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Автономное существование человека в условиях природной среды.

1.3. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

Опасные ситуации при встрече с насильниками, хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств. Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.

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

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Предназначение и задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Структура РСЧС. Права и обязанности граждан в области защиты чрезвычайных ситуаций.

1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ 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 безопасности», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

1.7. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления.

Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время.

1.8. 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.

Бактериологическое (биологическое) оружие.

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

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

Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!».

Передача речевой информации о ЧС, примерное её содержание, действия населения по сигналам оповещения о ЧС.

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

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

1.11. Средства индивидуальной защиты населения.

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

1.12. Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

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

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Профилактика употребления психоактивных веществ

2.1. Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая составляющая подготовки молодежи 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.

2.2. 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.

2.3. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека.

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.

2.4. 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.

2.5. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

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

2.6. Вредные привычки и их социальные последствия.

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Раздел 3. Основы военной службы

Основы обороны государства

3.1. Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.

История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Памяти поколений - дни воинской славы России. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации.

3.2. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации.

Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. Воздушно-космические силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС. Военно-морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. Ракетные войска стратегического назначения, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации.

3.3. Боевые традиции Вооружённых Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.

Основы подготовки к военной службе

3.4. Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.

3.5. Суточный наряд.

Суточный наряд. Общие положения. Дневальный по роте. Общие обязанности дневального по роте. Дежурный по роте. Основные обязанности дежурного по роте.

3.6. Организация караульной службы.

Организация караульной службы, общие положения. Часовой, неприкосновенность часового.

Основные обязанности часового.

3.7. Основы строевой подготовки.

Строй и его элементы. Строевая стойка, повороты на месте. Движение строевым шагом. Повороты в движении. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход из строя. Подход и отход от начальника. Ответ на приветствие. Построение отделения в развернутый и походный строй. Перестроения отделения.

3.8. Основы огневой подготовки.

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Последовательность неполной разборки и сборки автомата. Подготовка автомата к стрельбе. Приемы стрельбы из автомата.

3.9. Основы тактической подготовки.

Понятие общевойскового боя. Обязанности солдата в бою. Передвижение на поле боя. Выбор огневой позиции.

III. Поурочно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела (с указанием общего количества часов, отводимых на освоение этого раздела)
1. Безопасность и защита человека в среде обитания – 19 часов	
1.	Основы правил дорожного движения. Правил дорожного движения РФ.
2.	Система информирования участников дорожного движения с помощью дорожных знаков и средств регулирования.
3.	Входной мониторинг
4.	Ответственность граждан: административная, уголовная, гражданская. Ответственность несовершеннолетних участников дорожного движения.
5.	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
6.	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.
7.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера
8.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
9.	Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций
10.	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности
11.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны
12.	Современные средства поражения, их поражающие факторы. Ядерное оружие
13.	Химическое оружие, классификация отравляющих веществ по предназначению и воздействию на организм
14.	Бактериологическое (биологическое) оружие
15.	Мероприятия по защите населения от современных средств поражения
16.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени
17.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени
18.	Средства индивидуальной защиты населения
19.	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций
2. Профилактика употребления психоактивных веществ – 18 часов	
20.	Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности
21.	Основные критерии здоровья.
22.	Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества
23.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика
24.	Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике
25.	Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний
26.	Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека
27.	Пути обеспечения высокого уровня работоспособности
28.	Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств
29.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека
30.	Значение двигательной активности для здоровья человека

31.	Контрольная работа за I полугодие
32.	Значение физической культуры для здоровья человека
33.	Влияние окружающей среды на здоровье человека
34.	Вредные привычки и их социальные последствия
35.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности
36.	Курение и его влияние на состояние здоровья.
37.	Наркомания и токсикомания. Социальные последствия и профилактика
3. Основы военной службы – 31 час	
3.1.-3.3. Основы обороны государства – 16 часов	
38.	Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества
39.	История создания Вооружённых Сил Российской Федерации
40.	Памяти поколений - дни воинской славы России
41.	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации
42.	Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации
43.	Вооружение и военная техника
44.	Сухопутные войска, их состав и предназначение
45.	Воздушно-космические силы, их состав и предназначение
46.	Военно-морской флот, его состав и предназначение
47.	Ракетные войска стратегического назначения, их состав и предназначение
48.	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение
49.	Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации
50.	Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации
51.	Боевые традиции Вооружённых Сил России
52.	Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений
53.	Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества.
3.4.-3.9. Основы подготовки к военной службе – 15 часов	
54.	Размещение и быт военнослужащих
55.	Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих
56.	Суточный наряд
57.	Организация караульной службы
58.	Основы строевой подготовки.
59.	Строй и его элементы
60.	Перестроения
61.	Основы огневой подготовки
62.	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата
63.	Промежуточная аттестация
64.	Неполная разборки и сборки автомата
65.	Приемы стрельбы из автомата
66.	Основы тактической подготовки
67.	Понятие общевойскового боя
68.	Обязанности солдата в бою
Итого: 68 часов	

IV. Описание учебно-методического обеспечения образовательного процесса

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014.
2. Раздаточный материал по гражданской обороне. Учебно-наглядное пособие для 10 класса. – М.: Дрофа, 2014.
3. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 кл. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2014.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: Метод. пособие / В.Н. Латчук, В.В. Марков. – 3-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2014.
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-метод. пособие / С.С. Соловьёв. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2014.
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Военно-профессиональная ориентация учащихся 10-11 классов / А.А. Волокитин, Н.Н. Грачёв, В.А. Жильцов и др. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2014.
7. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин; Под общ. ред. А.Т. Смирнова. – 2-е изд., испр. – М.: Просвещение, 2014.