

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3 г.Облучье»
имени Героя Советского Союза Юрия Владимировича Тварковского**

«Рассмотрено» Руководитель МО _____ Протокол № ____ от « ____ » _____ 2019 г.	«Согласовано» Зам. директора по УВР Воронкина Е.А. Протокол № ____ от « ____ » _____ 2019 г.	«Утверждено» Директор МБОУ СОШ № 3 Кириллова Т.В. Приказ № ____ от « ____ » _____ 2019 г.
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету
ОБЖ
для **10** класса
(уровень: базовый)

Учитель ОБЖ
Мосолова Елена Георгиевна

2019-2020 учебный год

Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен знать:

-потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

-основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

-законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом

-наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;

- правила поведения при угрозе террористического акта;

- государственную политику противодействия наркотизму;

- основные меры по профилактике наркомании.

должен уметь:

-предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;

-принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;

-действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

-оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Учащиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

-обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

-активного отдыха в природных условиях;

-оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- облюдения норм здорового образа жизни.

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Знать об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них;

Уметь называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;

Знать правила поведения в криминогенных ситуациях;

Уметь: объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера; использовать приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности;

Знать об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним;

Уметь использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасности;

Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;

Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного и

техногенного характера;

Знать предназначение, структуру и задачи РСЧС;

Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;

Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;

Знать о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах;

Уметь использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности;

Иметь представление о современных средствах поражения и их поражающих факторах;

Уметь предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления⁴

Знать способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях;

Уметь действовать в чрезвычайных ситуациях;

Знать виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.

Уметь: действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты;

Знать основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики;

Уметь владеть навыками использования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно - марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой);

Знать об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС;

Уметь использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности;

Знать об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС;

Уметь действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» ;

Тема 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Знать основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета;

Знать об основных принципах классификации инфекционных заболеваний;

Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;

Знать об основных принципах профилактики инфекционных заболеваний;

Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний⁴

Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье;

Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияния на безопасность;

Знать о факторах, способствующих укреплению здоровья.

Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

Знать вредных привычек – факторов, разрушающих здоровье;

Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения

здорового образа жизни;

Знать профилактику вредных привычек.

Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

Тема 3 Основы военной службы

Иметь представление об истории создания Вооруженных Сил России;

Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе;

Иметь представление об организационной структуре ВС РФ;

Знать состав и предназначение ВС РФ;

Владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе;

Знать функции и основные задачи современных Вооруженных Сил;

Иметь представление об управлении Вооруженными Силами; о реформе Вооруженных Сил;

Знать состав и предназначение ВС РФ

Знать о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина;

Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы;

Знать о днях воинской славы и о формах увековечения памяти;

Уметь отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свое мировоззрение и взгляды; использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы;

Иметь представление о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений;

Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

Иметь представление о символах воинской чести;

Уметь осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

Иметь представление об основных государственных наградах;

Уметь отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свое мировоззрение и взгляды;

Иметь представление о ритуалах ВС РФ;

Уметь осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

Знать о причинах дорожно-транспортных происшествий, правилах безопасного поведения пешехода и велосипедиста.

Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах и в транспорте.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (13 час)

Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения(6 час)

Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.

Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

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

Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности

Глава 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.(7час)

Гражданская оборона .Предназначение и задачи гражданской обороны.

Современные средства поражения и их поражающие факторы.

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

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.

Средства индивидуальной защиты населения.

Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах. ЧС.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.(10 час)

Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. (3 час)

Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика.

Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 час).

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма.

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Раздел 3. Основы военной службы.

Глава 5.Вооруженные силы РФ-защитники нашего отечества. (6 часов).

История создания Вооруженных Сил России

История создания Вооруженных Сил России

Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.

Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.

Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.

Другие войска, их состав и предназначение.

Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России .(3 часа)

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.

Памяти поколений – дни воинской славы России.

Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений

Глава 7. Символы Воинской чести. (2 часа)

Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

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

Ритуалы Вооруженных Сил РФ.

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Материалы учебника
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях(13 час)			
Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения(6 час)			
1	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.	1	П.1.1.
2	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	П.1.2.
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	П.1.3.
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	П.1.4
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	1	П.1.5.
6	Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	П.1.6
Глава 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.(7час)			
7	Гражданская оборона. Предназначение и задачи гражданской обороны.	1	П.2.1
8	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	1	П.2.2
9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.	1	П.2.3
10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.	1	П.2.4
11	Средства индивидуальной защиты населения.	1	П.2.5
12	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС.	1	П.2.6
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	1	П.2.7
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни(10 час).			
Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 час).			
14	Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни.	1	П.3.1
15	Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация и распространение.	1	П.3.2.
16	Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация и распространение.	1	П.3.3
Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 час).			
17	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	П.4.1
18	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	П.4.2

19	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1	П.4.3
20	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1	П.4.4
21	Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма.	1	П.4.5
22	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	П.4.6
23	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	П.4.7
Раздел 3. Основы военной службы.			
Глава 5. Вооруженные силы РФ-защитники нашего отечества (6 часов).			
24	История создания Вооруженных Сил России	1	П.5.1
25	История создания Вооруженных Сил России	1	П.5.2
26	Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.	1	П.5.3
27	Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.	1	П.5.4
28	Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.	1	П.5.5
29	Другие войска, их состав и предназначение.	1	П.5.6
Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа).			
30	Промежуточная аттестация в форме тестирования	1	П.6.1
31	Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.	1	П.6.2
32	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1	П.6.3
33	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	1	П.6.4
Глава 7. Символы Воинской чести. (2 часа)			
34	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	1	П.7.1
35	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил РФ	1	П.7.2
ИТОГО		35	

Программа для проведения учебных сборов (10 класс).

Продолжительность учебных сборов – 5 дней (35 учебных часов).

В ходе сборов изучаются:

- Размещение и быт военнослужащих;
- Организация караульной и внутренней службы;
- Элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовки;
- Вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск.

В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно – профессиональной ориентации. Учебный процесс, осуществляемый во время учебных сборов, организуется начальником штаба учебных сборов в соответствии с положениями *«Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» № 96 /134 от 24 февраля 2010 г.*

Результаты учебных сборов оцениваются в соответствии с рекомендациями по оценке учебных сборов (приложение № 9 к Инструкции). Общая оценка граждан, обучающихся в образовательных учреждениях, заносится в классный журнал с пометкой «Учебные сборы», которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения в образовательном учреждении.

ПЯТИДНЕВНЫЕ УЧЕБНЫЕ СБОРЫ 10 КЛАСС (юноши)

Тематическое планирование

№	Тема		
Тема 1: «Военнослужащие и взаимоотношения между ними» (3 часа)			
1	Права, обязанности и ответственность военнослужащих.	1	
2	Взаимоотношения между военнослужащими.	1	
3	Обязанности солдата (матроса).	1	
Тема 2: «Внутренний порядок» (6 часов)			
4	Размещение военнослужащих.	1	
5	Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих.	1	
6	Суточный наряд. Обязанности дневального по роте.	1	
7	Организация караульной службы. Часовой, обязанности часового.	1	
8	Охрана здоровья военнослужащих.	1	
9	Основные мероприятия, проводимые в частях и подразделениях, по обеспечению безопасности военной службы.	1	
Тема 3: «Строевая подготовка» (6 часов)			
10	Строи и управления ими.	1	
11	Строевые приемы и движение без оружия.	1	
12	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	1	
13	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	1	
14	Строи отделения. Развернутый строй, походный строй.	1	
15	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	1	
Тема 4: «Огневая подготовка» (6 часов)			
16	Устройство стрелкового оружия, основные правила, приемы и способы стрельбы из него.	1	
17	Устройство ручных боевых гранат, требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	1	
18	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1	
19	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1	
20	Подготовка стрелкового оружия к стрельбе и выполнению стрельбы по неподвижным целям днем.	1	
21	Требования к выполнению метания ручных имитационных гранат.	1	
Тема 5: «Тактическая подготовка» (6 часов)			
22	Современный общевойсковой бой. Обязанности солдата в бою.	1	
23	Основные приемы и способы действий солдата в общевойсковом бою, сигналы управления, оповещения и взаимодействия.	1	
24	Способы передвижения солдата в бою.	1	
25	Приемы и правила стрельбы в бою.	1	
26	Последовательность инженерного оборудования одиночного окопа.	1	

27	Способы ориентирования на местности.	1	
Тема 6: «Физическая подготовка» (5 часов)			
28	Гимнастика и атлетическая подготовка.	1	
29	Преодоление препятствий.	1	
30	Ускоренное передвижение, легкая атлетика.	1	
31	Комплексное учебно-тренировочное занятие.	1	
32	Комплексное учебно-тренировочное занятие.	1	
Тема 7: «Военно-медицинская подготовка» (2 часа)			
33	Правила оказания первой помощи при ранениях.	1	
34	Правила оказания первой помощи при ожогах, острых отравлениях, отморожении.	1	
Тема 8: «Радиационная, химическая и биологическая защита войск.			
35	Табельные средства индивидуальной защиты военнослужащих от оружия массового поражения.	1	
ИТОГО		35	

Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций
/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2015