

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Родниковская средняя общеобразовательная школа №6

<p>«Рассмотрено» Руководитель ШМО <i>Лещёва Т.Ф.</i> Протокол № <u>1</u> от <u>30.08</u> 2018г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель по УВР <i>Земляная Л.В.</i> от <u>30.08</u> 2018г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ Родниковская СОШ №: <i>Т.В. Коробейникова</i> Приказ № <u>01-13-186</u> от <u>30.08</u> 2018г.</p>
---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
10 класс

Разработал:

Похабов Михаил Владимирович,  
учитель физической культуры и ОБЖ,  
высшей квалификационной категории

2018-2019 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее - ОБЖ) для 10 класса составлена на основе:

1. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17. 18. 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
2. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Примерной основной образовательной программе основного общего образования;
4. Авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов // Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности.5-11 классы / под общей редакцией А.Т. Смирнова.- М.: Просвещение, 2011г.);
5. Учебного плана МБОУ «СОШ № 2» на 2018-2019 учебный год
6. Приказ Минорнауки России № 576 от 8 июня 2015 г. "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253";

На изучение курса ОБЖ в 10 классе отводится 35 часов.

### Учебно - методический комплект:

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый), 10 кл. – М.: Просвещение
2. Соловьёв С.С. ОБЖ – тесты 10-11 класс.- М.
3. Евлахов В.М. Раздаточные материалы. 10-11 класс. – М.
4. Шленёв В.А. Поурочные планы. 10 класс. – М.

### Планируемые результаты освоения учебного предмета

**Личностными результатами** являются:

- Готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны
- Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью
- Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью
- Российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко - культурной общности русского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите
- Уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн)
- Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и

способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения

– Принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению

**Метапредметными результатами** являются:

Выпускник научится:

- Самостоятельно определять цели, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях
- Определять несколько путей достижения поставленной цели.
- Выбирать оптимальный путь достижения цели с учетом эффективности расходования ресурсов и основываясь на соображениях этики и морали
- Критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций
- Распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках
- Приводить критические аргументы как в отношении собственного суждения, так и в отношении действий и суждений другого
- Выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможности широкого переноса средств и способов действия
- Менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности (быть учеником и учителем; формулировать образовательный запрос и выполнять консультативные функции самостоятельно; ставить проблему и работать над ее решением; управлять совместной познавательной деятельностью и подчиняться)
- При осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом проектной команды в разных ролях (генератором идей, критиком, исполнителем, презентующим и т.д.)
- Развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств.

**Предметные результаты**

**Выпускник на базовом уровне научится:**

**Основы комплексной безопасности**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

**Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

– приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;

– приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;

– объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;

– использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

– действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

– прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

– пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;

– составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации**

– Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотикам в Российской Федерации;

– объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотикам;

– оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации;

– раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотикам;

– объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотикам;

– комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации;

– описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации;

– пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

– использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотикам в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

– распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

– распознавать симптомы употребления наркотических средств;

– описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

– использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

– описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

– описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

– составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

– использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;

– оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;

– описывать факторы здорового образа жизни;

– объяснять преимущества здорового образа жизни;

– объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;

– описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;

– раскрывать сущность репродуктивного здоровья;

– распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;

– пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

– использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

– оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;

– отличать первую помощь от медицинской помощи;

– распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;

– оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

– вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

– выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;

– действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;

– составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;

– комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;

– использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

– оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;

– классифицировать основные инфекционные болезни;

– определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;

– действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

### **Основы обороны государства**

– Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

– характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;

– описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;

- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки; описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;

- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

#### **Военно-профессиональная деятельность**

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

#### **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

##### **Основы комплексной безопасности**

- Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.

##### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

##### **Основы обороны государства**

- Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

##### **Элементы начальной военной подготовки**

- Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;
- определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;
- выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;
- выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;
- описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;
- выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;
- описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;
- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

#### **Военно-профессиональная деятельность**

- Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;

– оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

### **Содержание учебного предмета, курса**

#### **1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях (15 часов).**

Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования, в условиях природной среды, в ситуациях криминогенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению личности, общества и государства. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

#### **2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часов).**

Здоровье физическое и духовное. Режим труда и отдыха. Умственная и физическая работоспособность.

Физическая культура и закаливание. Личная гигиена.

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

#### **3. Основы военной службы (11 часов).**

История создания ВС России. Виды ВС и их характеристика. Рода войск. Функции и основные задачи современных войск ВС России, их роль и место в системе национальной безопасности страны. Реформа ВС. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Памяти поколений – дни воинской славы России. Символы воинской части.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Тема раздела	Кол-во часов	Формы контроля
<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях – 15 часов</b>					
1.	Основы комплексной безопасности	8	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	4	Практическая работа № 1, 2
			Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2	Тестирование Самостоятельная работа
			Современный комплекс проблем безопасности социального характера	2	Тестирование
2.	Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций	2	Нормативно-правовая база и организация основы по защите населения ЧС	2	Самостоятельная работа
3.	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	5	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	2	
			Нормативно правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	1	
			Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	1	
			Уголовная ответственность за участие в	1	Тестирование

			террористической и экстремистской деятельности. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта		
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 9 часов</b>					
4.	Основы здорового образа жизни	9	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	4	
			Здоровый образ жизни и его составляющие	5	Тестирование
<b>Раздел 3. Основы военной службы – 11 часов</b>					
5.	Основы обороны государства	11	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	2	
			Вооруженные Силы Российской Федерации - защита нашего Отечества	3	
			Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск	4	
			Боевые традиции Вооруженных Сил России	2	Контрольная работа
<b>Итого – 35 часов</b>					

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Оборудование	Сроки проведения	
				дата	факт
<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях – 15 часов</b>					
1	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	1	Плакат с примерами ориентации на местности	8.09	
2	Автономное существование человека в условиях природной среды	1	Учебник дополнительная литература	19.09	
3	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера	1	учебник ситуационные предметы	26.09	
4	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	учебник уголовный кодекс РФ	27.09	
5	Правила безопасного поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера	1	ФЗ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»	28.09	
6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	1	ФЗ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»	10.10	
7	Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства	1	Конституция РФ федеральные законы	18.10	
8	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	1	стенд по истории ГО	22.10	
9-11	Современные средства поражения и их поражающие факторы	3	плакаты: ядерное и химическое оружие	9, 16, 23. 11	

12	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени	1	схема оповещения при угрозе	30.11	
13	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС	1	плакаты по ГО	20.12	
14	Средства индивидуальной защиты населения	1	противогазы респираторы ОВЗК	21.12	
15	Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС	1	инструкции схемы эвакуации	20.12	
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 9 часов</b>					
16	Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни	1	учебник	28.12	
17	Основные инфекционные заболевания и их профилактика	2	таблица по анатомии человека с перечнем инфекционных заболеваний	11.01	
18				13.01	
19	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	таблица компонентов, составляющих ЗОЖ	15.01	
20	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1			
21-24	Вредные привычки и их влияние на здоровье	4	статистические данные	1.8.15.22 00	
<b>Раздел 3. Основы военной службы – 11 часов</b>					
25	История создания ВС России	1	учебник	1.03	
26	Организационная структура ВС России. Виды ВС и их характеристика	1	учебник	15.03	
27	Рода войск, не входящие в виды ВС России, специальные войска	1	учебник	19.03	
28	Функции и основные задачи современных	1	учебник		

(

	войск ВС России, их роль и место в системе национальной безопасности страны. Реформа ВС.		
29	Другие войска, их состав и предназначение с учётом концепции государственной политики РФ по военному строительству	1	учебник
30	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества	1	учебник
31	Дружба, войсковое товарищество – основа высокой боевой готовности частей и подразделений	1	учебник
32	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1	учебник
33	Символы воинской части	1	учебник
34-35	Ритуалы ВС РФ	2	учебник

