

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3» имени Героя Советского Союза И.А.Акимова
г.Сорочинска Оренбургской области

Рассмотрено на заседании ШМО
учителей физической культуры и ОБЖ
протокол № 1 от 28. 08. 2017 г.

Уланов А.В.

Согласовано
заместитель директора по УВР

О.В.Часовских

29.08.2017

Утверждаю
Директор МАОУ
«Средняя общеобразовательная
школа №3»
имени Героя Советского Союза
И.А.Акимова г.Сорочинска
Н.В. Салюкова
Приказ №385 от 30.08.2017 г

**Рабочая программа
среднего общего образования
по ОБЖ 10 класс
(базовый уровень)
на 2017-2018 учебный год**

Составитель программы: Кургиян А.В.,
преподаватель-организатор ОБЖ
первой квалификационной категории

г. Сорочинск, 2017 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по направлению «ОБЖ» для 10 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ МО Оренбургской области от 03.08.2017 № 01-21\1557 «Об утверждении регионального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных организаций Оренбургской области»;
3. Комплексная программа общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности». Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т Смирнова. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников/ - М., «Просвещение», 2012. Федеральный компонент государственного стандарта (начального общего образования, основного общего образования, среднего (полного) общего образования по ОБЖ, утвержден приказом Минобрнауки России от 05.03.2004г. №1089;
4. Примерная программа основного общего образования, среднего (полного) общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности (письмо МО и науки РФ от 07.07.2005 года);
5. Основная образовательная программа среднего общего образования МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» имени Героя Советского Союза И.А.Акимов г.Сорочинска;
6. Годовой календарный учебный график МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» имени Героя Советского Союза И.А.Акимов г.Сорочинска на текущий учебный год;
7. Учебный план МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №3» имени Героя Советского Союза И.А.Акимов г.Сорочинска на текущий учебный год.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 10 класса должен

знать:

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;

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

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

Содержание программы учебного предмета ОБЖ в 10 классе.

Раздел I. Основы комплексной безопасности. 16 часов

Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. 6 часов

Автономное пребывание человека в природной среде.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования меры профилактики и подготовка 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.

Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Правила поведения в ситуациях в криминогенных ситуациях. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и 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.

Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности. Уголовная ответственность граждан за участие в террористической деятельности и за пособничество терроризму.

Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций. 4 часа

ЧС природного характера и их возможные последствия. Классифицировать ЧС природного характера по характеру и масштабу разрушения. Рассказать о возможных последствиях ЧС природного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного характера. Оработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. Изучить рекомендаций МЧС обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера.

ЧС техногенного характера и возможные их последствия. Классифицировать ЧС техногенного характера по характеру и масштабу разрушения. Рассказать о возможных последствиях ЧС техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Оработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера. Изучить рекомендаций МЧС обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера. 6 часов

Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Понятие национальная безопасность. Основные угрозы для военной безопасности для РФ. Стратегия национальной безопасности РФ до 2020 г.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Анализ основных видов войн.

Международный терроризм – угроза национальной безопасности России. Рассмотреть формы проявления международного терроризма и его влияние на Российскую Федерацию.

Виды террористических актов, и способы осуществления. Классификация видов терроризма и способов их осуществления.

Наркотизм и национальная безопасность России. Понятие наркотизм, ее отличие от наркомании. Влияние наркотизма на безопасность России.

Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера. 2 часов

Глава 4. Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения от ЧС природного и техногенного характера. 2 часа

Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения от ЧС природного и техногенного характера. Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи. РСЧС история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни. 7 часов

Глава 5. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. 2 часа

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юношей допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества

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.

Глава 6. ЗОЖ и его составляющие. 5 часов

Здоровый образ 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.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. 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 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.

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

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

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 и сердечно-сосудистую системы. 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.

Раздел 4. Основы обороны государства. 19 часов.

Глава 7. ГО – составная часть обороноспособности страны. 7 часов.

ГО – 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.

Основные виды оружия и их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

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

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

Средства индивидуальной защиты

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

Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций

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

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучающихся.

Глава 8. ВС РФ – защита нашего Отечества. 3 часа

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

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

создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Памяти поколений — дни воинской славы России

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

Глава 9. Виды ВС РФ и рода войск. 7 часов

Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.

ВВС, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС.

ВМФ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ.

РВСН, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.

ВДВ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВДВ.

Космические войска, их состав и предназначение.

Другие войска, их состав и предназначение. Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Глава 10. Боевые традиции ВС РФ. 2 часа

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества

Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить 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.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

Раздел 5. Основы военной службы. 26 часов

Глава 11. Размещение и быт военнослужащих. 3 часа

Размещение и быт военнослужащих. Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя проверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. Основные мероприятия по сохранению и укреплению здоровья военнослужащих.

Глава 12. Суточный наряд. Особенности лиц суточного наряда. 3 часа

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

Глава 13. Организация караульной службы. 3 часа

Организация караульной службы, обязанности часового

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

Глава 14. Строевая подготовка. 6 часов

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Практические занятия по строевой подготовке.

Глава 15. Огневая подготовка. 2 часа

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

Глава 16. Тактическая подготовка. 3 часа

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

Данная программа рассчитана на изучение курса в 10 классе, «Основ безопасности жизнедеятельности» в течение 68 часов учебного времени в год. Количество учебных часов в неделю – 2 часа.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений. Авт. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М. Просвещение, 2011.