

Рассмотрена и одобрена на заседании  
ШМО  
Руководитель методического  
объединения

Рашевская /Д.В. Рашевская  
«26» августа 2022г.

«Согласовано»

Заместитель директора по научно-  
методической работе

Грызлова /Л.В. Грызлова  
«30» августа 2022г.

«Утверждаю»

Директор МОУ «Центр образования  
«Тавла» - Средняя  
общеобразовательная школа №17»

Лиманская /С.В. Лиманская  
«30» августа 2022г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10 «А», «Б» классов

Срок реализации 2022/2023 учебный год.

Составитель: Власов А.И.

2022/2023

учебный год

## **Пояснительная записка**

### **Цели и задачи курса**

Программа для 10-х 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 учебная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения и навыки:

- ♦ умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- ♦ умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- ♦ умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- ♦ вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- ♦ умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- ♦ навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- ♦ навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- ♦ ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- ♦ ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и направлении продолжения своего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих целей:

- воспитание у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- 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 мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса рассчитана на 34 часа, составлена на основании следующих нормативных документов:

- федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 09.03.2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» с последующими изменениями (с 2011/2012 учебного года применяется только для 2-11 классов),

- федерального компонента государственного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования», с последующими изменениями (приказы Минобрнауки России от 03.08.2008 г. № 164; от 19.10.2009 г. № 427. С 2011/2012 учебного года применяется только для 2-11 классов),

- Приказа Минобрнауки России № 1994 от 03.06.2011 О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 09.03.2004г. №1312,

- положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) МОУ «Центр образования «Тавла» «Средняя общеобразовательная школа №17»

- авторской программы Смирнова А.Т., Хренникова Б.О., Маслова М.В. Комплексная программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для учителей общеобразовательных учреждений. // Программы общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 класс. / Под ред. А.Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2011.

В ходе изложения учебного материала используются активные методы обучения:

- ✓ Вопросы и задания, помогающие овладеть методами логического мышления, опытом творческой деятельности и выполняющие функцию закрепления знаний;
- ✓ Фронтальная, групповая и индивидуальная организация познавательной деятельности;
- ✓ Лекция с элементами беседы;
- ✓ Работа с документами;
- ✓ Пересказывание текста учебника в связной монологической форме.

### **Место курса в учебном плане**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 10, 11 классах, из расчёта 1 час в неделю для каждой параллели, 34 часа в год.

Решением органов, осуществляющих управление в сфере образования, курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается как обязательный предмет в 10 и 11 классах, что предусмотрено в рабочей программе и учебниках под редакцией А. Т. Смирнова.

**Личностные, метапредметные,  
предметные результаты освоения курса  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

**Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Планируемые результаты освоения курса  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

***В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающиеся 10 класса должны:***

**знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

**уметь:**

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

**владеть/использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Тематическое планирование**  
**10 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Количество часов</b>	
			<b>теоретические</b>	<b>практические</b>
	<b>Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>	13		
1	Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	6	5	1
2	Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	8	6	2
	Контрольная работа	1	1	
	<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	6		
3	Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2	2	
4	Тема 4. Основы здорового образа жизни	3	3	
	Контрольная работа	1	1	
	<b>Раздел 3. Основы военной службы</b>	13		
5	Тема 5. Вооруженные силы РФ - защитники нашего Отечества	5	5	
6	Тема 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России	4	4	
7	Тема 7. Символы воинской чести	3	3	
	Контрольная работа	1	1	
	<b>Итого:</b>	34	31	3



## Содержание учебной программы ОБЖ 10 класс

### **1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

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

##### *1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях*

*Практические занятия.* 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.

##### *1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Правила самозащиты от насильников и хулиганов*

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.

##### *1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних*

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.

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

*Практические занятия.* 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.).

##### *1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (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.

##### *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 (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» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

#### **2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны**

##### *2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны*

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.



## *2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения*

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.

## *2.3. 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.

## *2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС 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).

## *2.5. Средства индивидуальной защиты населения*

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.

## *2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций*

Аварийно-спасательные и неотложные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты.

## *2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении*

Структура организации ГО общеобразовательного учреждения.

## **II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

#### *3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности*

Требования к здоровью призывника при постановке на воинский учет. Мероприятия, проводимые в воинских частях, по закаливанию военнослужащих.

#### *3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика*

Классификация основных инфекционных болезней человека. Профилактика инфекционных заболеваний.

### **4. Основы здорового образа жизни**

#### *4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие*

Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

#### *4.2. Биологические ритмы и работоспособность человека*

Биологические ритмы. Профилактика утомления.

#### *4.3. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека*

Биологическая необходимость двигательной активности человека в процессе жизнедеятельности.

#### *4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек*

Алкоголь. Курение. Наркомания и токсикомания.

## **III. Основы военной службы.**

### **5. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества**

### *5.1. История создания Вооруженных Сил России*

Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы Петра I, Д. А. Милютин. Создание Советских Вооруженных Сил.

*5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение*

Ракетные Войска Стратегического Назначения. Сухопутные войска. Рода Сухопутных войск. Военно-Воздушные Силы. Военно-Морской Флот.

*5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил*

Руководство и управление Вооруженными Силами РФ. Реформа Вооруженными Силами РФ.

*5.4. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству*

Пограничные войска. ВВ МВД РФ. Железнодорожные войска. Войска ГО. Войска Федерального агентства связи правительственной связи и информации при Президенте РФ.

## **6. Боевые традиции Вооруженных Сил России**

*6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества*

Воинский долг военнослужащих ВС РФ. Основные качества, присущие российскому воину – защитнику Отечества.

*6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России*

Что такое дни воинской славы России, каким Федеральным законом определены. Основные формы деятельности, предусмотренные для увековечивания памяти российских воинов.

*6.3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений*

Значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни.

## **7. Символы воинской чести**

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

Предназначение воинского знамени. Роль воинского знамени в воспитании высоких морально-боевых качеств воинов.

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

Основные государственные награды в Российской Федерации.

*7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации*

Ритуал приведения к Военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Ритуал вручения личному составу вооружения и военной техники. Ритуал проводов военнослужащих, уволенных в запас или вышедших в отставку.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОБЖ

## 10 «Б» КЛАСС

Содержательная линия	Раздел и тема программы	Кол-во часов		Дата проведения	
		Всего	Из них практ. занят.	План	Факт
I четверть (9 часов)					
I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	6	1		
	1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	1	1	01-02.09	
	1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1	—	05-09.09	
	1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	—	12-16.09	
	1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	—	19-23.09	
	1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи	1	—	26-30.09	
	1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	—	03-07.10	
	2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	8	2		
	2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1	—	10-14.10	
	2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1	—	17-21.10	
	2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	1	—	24-26.10	

	<b>II четверть (7 часов)</b>				
	<b>2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени</b>	<b>1</b>	—	07-11.11	
	<b>2.5. Средства индивидуальной защиты населения</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	14-18.11	
	<b>2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций</b>	<b>1</b>	—	21-25.11	
	<b>2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении</b>	<b>1</b>	—	28.11-02.12	
	<i>Контрольная работа: «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»</i>	<b>1</b>		05-09.12	
<b>II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>2</b>	—		
	<b>3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности</b>	<b>1</b>	—	12-16.12	
	<b>3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика</b>	<b>1</b>	—	19-23.12	
	<b>III четверть (10 часов)</b>				
	<b>4. Основы здорового образа жизни</b>	<b>3</b>	—		
	<b>4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие</b>	<b>1</b>	—	09-13.01	
	<b>4.2. Биологические ритмы и работоспособность человека</b>	<b>1</b>	—	16-20.01	
	<b>4.3. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека</b>	<b>0,5</b>	—	23-27.01	
	<b>4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек</b>	<b>0,5</b>	—	23-27.01	
	<i>Контрольная работа: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</i>	<b>1</b>		30.01-03.02	
	<b>5. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества</b>	<b>5</b>	—		

<b>5.1. История создания Вооруженных Сил России</b>	<b>1</b>	—	06-10.02	
<b>5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение</b>	<b>2</b>	—	13-17.02 20-24.02	
<b>5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил</b>	<b>1</b>	—	27.02-03.03	
<b>5.4. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству</b>	<b>1</b>	—	06-10.03	
<b>6. Боевые традиции Вооруженных Сил России</b>	<b>4</b>	—		
<b>6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества</b>	<b>1</b>	—	13-17.03	
<b>IV четверть (8 часов)</b>				
<b>6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России</b>	<b>2</b>	—	20-24.03 03-07.04	
<b>6.3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений</b>	<b>1</b>	—	10-14.04	
<b>7. Символы воинской чести</b>	<b>3</b>	—		
<b>7.1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы</b>	<b>1</b>	—	17-21.04	
<b>7.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе</b>	<b>1</b>	—	24-28.04	
<b>7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации</b>	<b>1</b>	—	04-05.05	
<b>Контрольная работа: «Основы военной службы»</b>	<b>1</b>		10-12.05	
<b>8. Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)</b>	<b>35*</b>	<b>32</b>		

	<b>8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках</b>	<b>3</b>	<b>–</b>	<b>15-19.05</b>	
	<b>8.2. Размещение и быт военнослужащих</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>15-19.05</b>	
	<b>8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>15-19.05</b>	
	<b>8.4. Организация караульной службы, обязанности часового</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>22-26.05</b>	
	<b>8.5. Строевая подготовка</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>22-26.05</b>	
	<b>8.6. Огневая подготовка</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>22-26.05</b>	
	<b>8.7. Тактическая подготовка</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>29-31.05</b>	
	<b>8.8. Физическая подготовка</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>29-31.05</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>69</b>	<b>35</b>		

Преподаватель – организатор ОБЖ

А.И. Власов

## Требования к уровню подготовки обучающихся

### *Обучающиеся должны*

#### **знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы (по призыву и по контракту) и альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые к уровню подготовленности призывников;
- основные виды воинской деятельности;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, порядок 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;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- 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;
- общую организацию подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебных стрельб;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих;

#### **уметь:**

- применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;



- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

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

- ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования.

## **Критерии и нормы оценки знаний**

Оценивая знания обучающихся, надо учитывать их глубину и полноту, аргументированность их изложения, умение обучающихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим действиям в повседневной жизни.

*Оценка «5»* выставляется за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

*Оценка «4»* ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

*Оценку «3»* обучающиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

*Оценку «2»* ставится, если обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки «3».

## **Материально-техническое обеспечение**

1. Учебно-методическая литература.
  - ✓ Нормативная и правовая литература.
  - ✓ Периодические издания.
2. Средства индивидуальной защиты.
  - ✓ Средства защиты органов дыхания.
  - ✓ ФП ГП -7, ГП-5.
  - ✓ Респираторы У-2К.
  - ✓ Средства защиты кожи (ОЗК, костюм защитный Л-1).
  - ✓ Медицинские средства (ИПП-8, АИ-2).
  - ✓ Автомобильная аптечка.
  - ✓ Носилки.
  - ✓ Индивидуальный перевязочный пакет.
3. Действия населения при авариях и катастрофах.
  - ✓ Первая медицинская помощь при ЧС.
  - ✓ Стенд «Первая медицинская помощь».
  - ✓ Комплект наглядно-методических пособий «Детство без алкоголя».
  - ✓ Комплект наглядно-методических пособий «Подростковая наркомания».
  - ✓ Комплект плакатов «Первая реанимация и первая медицинская помощь».
4. Аудиовизуальные пособия.
  - ✓ Диск DVD «Школа безопасности».
5. Средства программного обучения и контроля знаний.
  - ✓ Презентация «Современные средства поражения».
  - ✓ Презентация «Программы здорового образа жизни».
  - ✓ Презентация «Профилактика табакокурения».
  - ✓ Презентация «Средства индивидуальной защиты».
  - ✓ Презентация «Биологические ритмы».
  - ✓ Презентация «История создания ВС РФ».
  - ✓ Презентация «Памяти поколений – дни воинской славы России».
  - ✓ Тесты.
  - ✓ Практические ситуации и задачи.
  - ✓ Олимпиадные задания для 10 классов.
6. Тренажеры.
  - ✓ Тренажер «Максим- 2» для проведения искусственной вентиляции и наружного массажа сердца.

**Учебно-методическое обеспечение**

1. Альтшулер В. М. Наркомания: дорога в бездну: Книга для учителей и родителей / В. М. Альтшулер, А. В. Надеждин. – М. : Просвещение, 2000.
2. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В. В. Смирнова. – М. : Просвещение, 2004.
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное изд., перераб. и доп. / Под ред. Э. А. Арустамова. – М. : Издательский Дом «Дашков и К°», 2001.
4. Большой энциклопедический словарь. – М. : Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». – СПб. : Норинт, 1997.
5. Васнев В. А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В. А. Васнев, С. А. Чинённый. – М. : Просвещение, 2002.
6. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 5.
7. Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М. : Военный университет, 1996.
8. Гражданская защита: Энциклопедический словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. – М. : ДЭКС-ПРЕСС, 2005.
9. Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
10. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 2.
11. Краткая медицинская энциклопедия: В 2 т. / Главный ред. академик РАМН В. И. Покровский. – М. : Научно-практическое объединение «Медицинская энциклопедия»; Крон-Пресс, 1994.
12. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Хабнер М.И. Основы безопасности жизнедеятельности: Методика преподавания предмета: 5-11 классы. – М. : ВАКО, 2010. – 176 с.
13. Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения [Ю.Л. Воробьев, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева]. – М. : Деловой экспресс, 2006.
14. Противодействие терроризму: Учебно-методическое пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. – Ижевск : Удмуртия, 2004.
15. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 10 кл. / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2007.
16. Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / Под ред. А. А. Кокорева. – М.и: Изограф, 2000.
17. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Интернет-ресурсы:

<http://school-collection.edu.ru/> [Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов]

<http://www.scrf.gov.ru> [Сайт Совета безопасности РФ];

<http://www.mvd.ru> [Сайт Министерства внутренних дел РФ];

<http://www.emercom.gov.ru> [Сайт МЧС РФ];

<http://www.minzdrav-rf.ru> [Сайт Министерства здравоохранения и  
соцразвития РФ];  
<http://www.mil.ru> [Сайт Министерства обороны РФ]  
<http://mon.gov.ru> [Министерство образования и науки РФ]  
<http://www.mnr.gov.ru> [Министерство природных ресурсов РФ]  
<http://www.fsgv.ru> [Федеральная служба железнодорожных войск РФ]  
<http://www.fps.gov.ru> [Федеральная пограничная служба]  
<http://www.gan.ru> [Федеральный надзор России по ядерной и радиаци-  
онной безопасности]  
<http://www.gov.ed.ru> [Русский образовательный портал]  
<http://www.apkro.ru> [Академия повышения квалификации работников  
образования]  
<http://www.school.edu.ru> [Федеральный российский общеобразователь-  
ный портал]  
<http://www.edu.ru> [Федеральный портал «Российское образование»]  
<http://www.km.ru> [Портал компании «Кирилл и Мефодий»]  
<http://www.uroki.ru> [Образовательный портал «Учеба»]  
<http://www.courier.com.ru> [Журнал «Курьер образования»]  
<http://www.vestnik.edu.ru> [Журнал «Вестник образования»]  
<http://www.profkniga.ru> [Издательский дом «Профкнига»]  
<http://www.1september.ru> [Издательский дом «1 сентября»]  
<http://www.armpress.info> [Издательский дом «Армпресс»]  
<http://festival.1september.ru> [Фестиваль педагогический идей «Открытый  
урок»]  
<http://www.opasno.net> [Энциклопедия безопасности]  
<http://personal-safety.redut-7.ru> [Личная безопасность]  
[http://moikompass.ru/compass/bezopasnost\\_det](http://moikompass.ru/compass/bezopasnost_det) [Сайт «Мой компас»]  
<http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html> [Информационно-  
методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России]  
<http://www.econavt-catalog.ru> [Электронный каталог интернет ресурсов  
по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнеде-  
ятельности]  
<http://rusolymp.ru/> [Портал Всероссийской олимпиады школьников]  
<http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> [Образовательные ресурсы Интернета –  
Безопасность жизнедеятельности]  
<http://www.bezopasnost.edu66.ru> [Информационный портал ОБЖ и  
БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности]  
<http://www.hardtime.ru> [Безопасность и выживание в экстремальных си-  
туациях].