Рабочая программа по ОБЖ

для 10 класса

2019-2020 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для обучающихся 10 класса создана на основе:

- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ Среднетиганская СОШ Алексеевского муниципального района Республики Татарстан;

--Стандарта среднего общего образования по ОБЖ;

- Учебного плана муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Среднетиганской средней общеобразовательной школы Алексеевского муниципального района Республики Татарстан на 2019-2020 учебный год (Утверждённого решением педагогического совета( Протокол № 53 о/д, от 31 августа 2019 года.)

- Авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 ого класса общеобразовательных учреждений (автор программы – Т.А. Смирнов, Б.О. Хренников, Б.И.Мишин, В.А. Васнев), напечатанный с сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 1-11 классы» / по общ.ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2007, и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников. – М: Просвещение, 2011.

**Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:**

* **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
* **воспитание** ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
* **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
* **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

**Задачи:**

– дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;  
– научить правильно действовать в случаях природных и техногенных катастроф;  
– научить адекватно действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.  
– воспитывать патриотические чувства.

**Содержание образования**

**Р а з д е л 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием.оборудование временного

жилища, добыча огня.

Правила безопасного поведения при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в подъезде дома, в лифте. Терроризм. Виды современного терроризма. Телефонный террор. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Положение Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, положение которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне»): краткое содержание, основные правила и обязанности граждан.

РЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.

Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны (7ч)

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.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы.

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.

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

Средства защиты органов дыхания, их назначение и правила пользования. Средства защиты кожи, их назначение и правила пользования.

Организация поведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Эвакуация- основное мероприятие по защите людей.

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

Обязанности обучаемых.

**Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Необходимость сохранения и укрепления здоровья- социальная потребность общества.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Факторы риска инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете и профилактических прививках.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания и их возбудители. Профилактика инфекционных болезней.

Основы здорового образа жизни (7ч)

Здоровый образ жизни- индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни.

Культура питания. Здоровое питание.

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повешения 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.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания, необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков) 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 сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Раздел 3. Основы военной службы

Вооруженные Силы РФ- защитники нашего Отечества

С чего начинается Родина? Национальные интересы России. Угроза национальной безопасности России.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы РФ - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Организационная структура Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание.

Виды Вооруженных Сил РФ, рода Вооруженных Сил РФ, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно - Морской Флот, история создания, предназначение, структура.

Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, история создания, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно- десантные войска: история создания, предназначение, структура.

Программные войска Федеральной службы безопасности РФ, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Боевые традиции Вооруженных Сил России

Патриотизм- духовно- нравственная основа личности военнослужащего, защитник 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.

Дни воинской славы- Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество- боевая традиция Российской армии и флота.

Символы воинской части

Боевое знамя воинской части- особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

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

**Требования к уровню подготовки обучающихся.**

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен**

**знать/понимать**

* основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
* потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
* основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
* состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
* порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
* 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 контракту, альтернативной гражданской службы;
* требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
* предназначение, структуру и задачи РСЧС;
* предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь**

* владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* владеть навыками в области гражданской обороны;
* пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
* оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

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

* ведения здорового образа жизни;
* оказания первой медицинской помощи;
* развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
* обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

Литература:

**для учителя:**

1. Попова, Л. П. Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности. 10кл [Текст] / Л. П. Попова. - М. : ВАКО, 2008.
2. Тематическое и поурочное планирование по ОБЖ. 10 класс [Текст] : к учебнику М. П. Ф лова, Е. Н. Литвинова, А. Т. Смирнова [и др.] «Основы безопасности жизнедеятельное 6 класс» под ред. Ю. Л. Воробьева /А. Г. Малов-Гра. - М. :ACT : Астрель, 2008.
3. Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 [Текст] / В. М. Евлахов. - М. : Дрофа, 2006.
4. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : сб. заданий для проведения экзамена в 10 кл. / А. Т. Смирнов, В.А.Васнев, Б. И. Мишин ; под общ.ред. А. Т. Смирнова. - М. :Просвещение, 2006;

**для учеников:**

1.Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 [Текст] / В. М. Евлахов. - М. : Дрофа, 2006.

2.Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : сб. заданий для проведения экзамена в 10 кл. / А. Т. Смирнов, В.А.Васнев, Б. И. Мишин ; под общ.ред. А. Т. Смирнова. - М. :Просвещение, 2006;

3. Основы безопасности жизнедеятельности : 10 кл. [Текст] : учеб.дляобщеобразоват. учрдений / М. П. Фролов [и др.] ; под ред. Ю. Л. Воробьева. - М. :ACT : Астрель, 2010.

4.Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : тетрадь с печатной основой для з учащихся 6 класса / М. И. Иванюков. - Саратов : Лицей, 2005.

**Содержание образования:**

|  |  |
| --- | --- |
| Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях | 13 |
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 10 |
| Основы военной службы | 12 |

**НРК в рамках учебного предмета ОБЖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Вопросы РК | № п/п | Кол-во |
| 1 | Автономное существование человека в природе | Особенности природной среды в Татарстане | 1 | 1 |
| 2 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера | Анализ статистических данных  по п.г.т. Алексеевское | 2 | 1 |
| 3 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера | Анализ возможных ЧС природного и техногенного характера в Татарстане | 4 | 1 |
| 4 | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении | Структура ГО в общеобразовательных учреждениях в п.г.т. Алексеевское | 13 | 1 |
| 5 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. | Данные о состояние здоровья подростков  в п.г.т. Алексеевское | 14 | 1 |
| 6 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. | Статистика о употреблении наркотиков, спиртосодержащих напитков, курении поп.г.т. Алексеевское | 22 | 1 |

тематическое планирование 10 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Дата проведения | |
| план. | факт. |
| 1 | Правила поведения в условиях вынуж­денного автоном­ного су­ществова­ния |  |  |
| 2 | Правила поведения в ситуаци­ях крими­ногенного характера |  |  |
| 3 | Правила поведения в условиях чрезвы­чайных ситуаций природно­го и тех­ногенного характера |  |  |
| 4 | Законы и другие норматив- но-право- вые акты РФ по обе­спечению безопас­ности |  |  |
| 5 | Единая государст­венная система предупре­ждения и ликвида­ции чрез­вычайных ситуаций, ее структу­ра и задачи |  |  |
| 6 | Уголовная ответст­венность несовершеннолетних |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 7 | Граждан­ская обо­рона, ос­новные понятия и опреде­ления, за­дачи гра­жданской обороны |  |  |
| 8 | Совре­менные средства пораже­ния, их поража­ющие фак­торы, ме­роприятия по защите населения |  |  |
| 9 | Оповеще­ние насе­ления об опасно­стях, возникающих в чрезвы­чайных ситуациях военного и мирного времени |  |  |
| 10 | Организа­ция инже­нерной защиты населения от пора­жающих факторов ЧС мирно­го и воен­ного вре­мени |  |  |
| 11 | Средства индивиду­альной защиты |  |  |
| 12 | Меро­приятия по защите населения при угрозе ЧС и при­менении современ­ных сред­ств пора­жения |  |  |
| 13 | Организа­ция граж­данской обороны в образо­вательном учрежде­нии |  |  |
| 14 | Сохране­ние и ук­репление здоровья - важная забота каждого человека и всего общества |  |  |
| 15 | Инфекци­онные за­болевания, их клас­сификация |  |  |
| 16 | Основные инфекци­онные за­болевания, их профи­лактика |  |  |
| 17 | Здоровый образ жиз­ни и его составля­ющие. Культура питания |  |  |
| 18 | Биологи­ческие ритмы и их вли­яние на ра­ботоспо­собность человека |  |  |
| 19 | Режим труда и отдыха, хороший сон - со­ставля­ющие здо­рового образа жизни |  |  |
| 20 | Значение двига­тельной активно­сти и за­каливания организма для здоро­вья чело­века |  |  |
| 21 | Вредные привычки, их влияние на здоровье |  |  |
| 22 | Профи­лактика вредных привычек |  |  |
| 23 | Терроризм |  |  |
| 24 | Родина и ее на­циональ­ная безо­пасность |  |  |
| 25 | История создания Воору­женных Сил Рос­сии |  |  |
| 26 | Состав Воору­женных Сил Рос­сийской Федера­ции |  |  |
| 27 | Виды Воо­руженных Сил, рода войск. Ис­тория их создания и предна­значение |  |  |
| 28 | Отдель­ные рода войск Воору­женных Сил и их предна­значение. Другие войска, их состав и предна­значение |  |  |
| 29 | Патрио­тизм и верность воинскому долгу - неотъем­лемые ка­чества русского воина, ос­нова геро­изма |  |  |
| 30 | Память по­колений - дни воин­ской славы России |  |  |
| 31 | Дружба, войсковое товарище­ство - ос­нова бое­вой готов­ности войск |  |  |
| 32 | Боевое зна­мя воин­ской части - символ во­инской чес­ти, добле­сти и славы |  |  |
| 33 | Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и воен­ной службе. Ритуалы Воору­женных Сил Рос­сийской Федера­ции |  |  |
| 34 | Итоговая контрольная работа в рамках промежуточной аттестации обучающихся |  |  |
| 35 | Обобще­ние и повторение по те­ме « Символы воинской чести» |  |  |