Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Комсомольская средняя общеобразовательная школа»

Тукаевского муниципального района

Республики Татарстан

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом

протокол от 22 августа 2019г. № 2

Введено приказом от «22» августа 2019г. № 108

Директор МБОУ «Комсомольская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ АглямоваА.А.

подпись

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ПРЕДМЕТУ**

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

**ДЛЯ 10**  **КЛАССА**

*( 1 час в неделю, 34 часа в год)*

Составитель: Гарипов Рустем Фанисович (учитель ОБЖ)

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сираева Т.А. от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.

подпись

«РАССМОТРЕНО»

на заседании МО, протокол от « 20 » августа 2019 г. № 1

Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Адиева Н.Ф. «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.

подпись

п.Комсомолец

2019г.

**Результаты освоения курса (требования к уровню подготовки обучающихся)**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности

**-ученик должен знать**:

  потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни,  их возможные последствия и правила личной безопасности;  правила  личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;  соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воин­ской славы России;  состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федера­ции; основные виды воинской деятельности; общие обязанности солдата в бою; основные способы передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации.   средства массового поражения и их поражающие факторы;

**-ученик должен уметь:**

   предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

    Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и  в повседневной жизни для:

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

    — оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

    — выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни

    - пользоваться индивидуальными средствами защиты;

   -  выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, Оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении

**Содержание учебной программы**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»  10 класс**

(УМК: А.Т.Смирнов,Б.О.Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс, М.: «Просвещение», 2013г.)

)

**Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (13 часов)**

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

       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.

Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной кри­миногенной опасностью на рынке, на стадионе, на вокзале и др.*.*

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

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое наруше­ние общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

  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.)

       РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите на­селения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрез­вычайных ситуаций.

Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности Граждан (Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".  Закон РФ "О безопасности». Федеральные законы: "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.( 7 часов)**

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

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва Химическое оружие, класси­фикация отравляющих веществ (0В) по предназначению и воздействию на организм.

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

**Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения**

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем'" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее со­держание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях

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)

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

Отработать порядок получения и пользования средствами индиви­дуальной защиты.

Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.  Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначе­ние План гражданской обороны образовательного учреждения Обязанности обучаемых.

**Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (10 часов)**

**3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. (3 часа)**

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.

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.

**4. Основы здорового образа жизни**.(**7 часов)**

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, сои, 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.

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 для здоровья человека в процессе его жизнедеятель­ности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культу­рой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия.

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

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

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 систему, сердечнососудистую систему 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 III. Основы военной службы. (11 часов)**

**5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества. (5 часов)**

Организация вооруженных сил Московского государства в Х1У-ХУ веках. Военная ре­форма Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра 1, 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 Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегическогоназначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопут­ные войска. Военно-воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации Войска ПВО, история создания, предназначения, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской Флот, история создания, предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, со­ставляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами Ре­форма Вооруженных Сил России, **ее** этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внут­ренние войска Министерства внутренний дел Российской Федерации, Железнодорожные вой­ска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и инфор­мации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

**6. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести. (3 часа)**

  Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечест**ва.** 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*.* Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания 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.

**7. Символы воинской чести. (3 часа)**

   Боевое знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, 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, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой Российской Федерации". Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов воен­нослужащих, уволенных в запас или отставку.

**Календарно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Изучаемый раздел, тема урока** | **Количество часов** | **Календарные сроки** | |
| **Планируемые сроки** | **Фактические сроки** |
|  | ***Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (13 часов)*** |  |  |  |
|  | **Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.** | **6** |  |  |
| 1 | Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение личной безопасности на дорогах Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение личной безопасности на дорогах | 1 | 01.09 |  |
| 2 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера | 1 | 08.09 |  |
| 3 | Уголовная ответственность несовершеннолетних | 1 | 15.09 |  |
| 4 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера | 1 | 22.09 |  |
| 5 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи | 1 | 29.09 |  |
| 6 | Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности | 1 | 06.10 |  |
|  | **Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны** | **7** |  |  |
| 7 | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны | 1 | 13.10 |  |
| 8 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | 1 | 20.10 |  |
| 9 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени | 1 | 27.10 |  |
| 10 | Организация индивидуальной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени | 1 | 10.11 |  |
| 11 | Средства индивидуальной защиты | 1 | 17.11 |  |
| 12 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций | 1 | 24.11 |  |
| 13 | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении | 1 | 01.12 |  |
|  | ***Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)*** |  |  |  |
|  | **Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 ч)** | **3** |  |  |
| 14 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности | 1 | 08.12 |  |
| 15 | Инфекционные заболевания, их классификация | 1 | 15.12 |  |
| 16 | Основные инфекционные заболевания, их классификация | 1 | 22.12 |  |
|  | **Основы здорового образа жизни** | **7** |  |  |
| 17 | Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье | 1 | 12.01 |  |
| 18 | Основные составляющие здорового образа жизни | 1 | 19.01 |  |
| 19 | Биологические ритмы | 1 | 26.01 |  |
| 20 | Влияние биологических ритмов на работоспособность человека | 1 | 02.02 |  |
| 21 | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека | 1 | 09.02 |  |
| 22 | Вредные привычки, их влияние на здоровье | 1 | 16.02 |  |
| 23 | Профилактика вредных привычек | 1 | 02.03 |  |
|  | ***Раздел III. Основы военной службы (11 ч)*** |  |  |  |
|  | **Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества** | **5** |  |  |
| 24-25 | История создания Вооруженных сил России | 2 | 09.03 |  |
| 26 | Организационная структура Вооруженных сил России | 1 | 16.03 |  |
| 27 | Виды Вооруженных сил, рода войск. История их создания и предназначение | 1 | 06.04 |  |
| 28 | Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил | 1 | 13.04 |  |
|  | **Боевые традиции Вооруженных сил России** | **3** |  |  |
| 29 | Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества | 1 | 20.04 |  |
| 30 | Памяти поколений – дни воинской славы России. | 1 | 27.04 |  |
| 31 | Дружба, войсковое товарищество основа боевой готовности частей и подразделений | 1 | 04.05 |  |
|  | **Символы воинской чести** | **3** |  |  |
| 32 | Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы | 1 | 11.05 |  |
| 33 | Ордена почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе | 1 | 18.05 |  |
| 34 | Ритуалы Вооруженных сил РФ | 1 | 25.05 |  |