

**Пояснительная записка.**

Данная рабочая программа по ОБЖ для 10 класса соответствует требованиям федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования на базовом уровне и разработана на основе:

Основной образовательной программы основного среднего (полного) образования МБОУ «Дегтярская СОШ»

Учебного плана на текущий учебный год учебный год МБОУ «Дегтярская СОШ», на основании которого выделен 1 час в неделю

Авторской рабочей программы по ОБЖ для 10 классов. Комплексная программа Основы безопасности жизнедеятельности А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, 5-11 классы: М. Просвещение 2011 год.

УМК:

1. Комплексная программа Основы безопасности жизнедеятельности А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, 5-11 классы: М. Просвещение 2011 год.

2.Учебник А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев. Основы Безопасности Жизнедеятельности 10 класс: М. Просвещение.2001 год.

Структура программы соответствует основным требованиям положения МБОУ «Дегтярская СОШ» о рабочей программе

**Требования к уровню подготовки обучающихся.**

В результате обучения по представленной программе для 10 класса большинство учащихся должны:

**Представлять:** главные положения ФЗ РФ «Об обороне», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности», «О пожарной безопасности». Основные направления государственной политики в области ГО и защиты населения и территории от ЧС. Об истории становления и развития Вооруженных Сил России. Структуру и содержание общевоинских уставов, знать их основные положения. Особенности военной службы, правила размещения военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок.

**Понимать:** задачи национальной обороны, государственной и общественной безопасности. Роль Вооруженных Сил. Необходимость обеспечения личной и общественной безопасности. Важность обеспечения безопасности отечества. Основные направления государственной политики в области ГО и защиты населения и территории от ЧС. Ответственность военной службы. Ценность человеческой жизни. Важность личной и общественной безопасности. Ответственность человека за свое здоровье. Роль физической активности и здорового образа жизни для человека. Понимать свою роль в жизни и свою индивидуальность.

**Знать:** главные положения национальной безопасности РФ, стратегические цели в обеспечении национальной безопасности государства. Главные положения ФЗ РФ «Об обороне», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности», «О пожарной безопасности». Права и обязанности граждан РФ в области обороны. Структуру и задачи ГО в мирное и военное время. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Знать мероприятия по защите населения. Важность системы оповещения. Типы и принцип устройства защитных сооружений, индивидуальные средства защиты дыхательных путей, кожи. Знать и уважать историю Отечества. Сущность, особенности и обеспечение воинской обязанности. Значение строевой подготовки. Назначения и боевые свойства автомата Калашникова. Правила поведения в криминогенной ситуации, ответственность за противоправные поступки.

**Уметь:** работать с различными источниками информации, анализировать и сопоставлять, делать выводы. Принимать решения. Владеть навыками действий в опасной и чрезвычайной ситуации. Получит навыки в объеме одиночной подготовки солдата. Применять полученные знания и навыки на практике. Анализировать, сопоставлять и делать выводы. Принимать решения на основе полученных знаний.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОБЖ»**

**Содержание учебной программы ОБЖ (X класс)**

I. ***Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычай­ных ситуациях***

**1. Опасные чрезвычайные ситуации, возникающие в по­вседневной жизни, н 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*

*Практические занятия.* 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 поражении, 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 зонах 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.

*2.7.   Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении*

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

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*

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.

*3.2. 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.

**4. Основы здорового образа жизни**

*4.1.  Здоровый образ жизни и его составляющие*

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.

*4.2.  Биологические ритмы и 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.

*4.3.  Значение двигательной активности и закаливания организ­ма 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.

*4.4.  Вредные привычки, их влияние на здоровье. 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.

III. *Основы военной службы*

5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества

5.1. *История создания Вооруженных Сил России*

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.

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

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооружен­ных Сил и рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, 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, предназначение, ре­шаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-Морской Флот, история создания, предназначение.

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

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооружен­ных Сил, ее этапы и их основное содержание.

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

Пограничные войска Федеральной пограничной службы РФ, Внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, Железнодо­рожные войска РФ, войска Федерального агентства правительствен­ной связи и информации при Президенте РФ, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

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

*6.1.  Патриотизм и верность воинскому долгу* — *основные 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.

*6.2.  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.

*6.3.  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.

7.  **Символы воинской чести**

*7.1.  Боевое Знамя воинской части* — *символ воинской чести, до­блести и славы*

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.

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

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

*7.3.  Ритуалы Вооруженных Сил 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-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Дата проведения | Тема урока | Количество часов,  отводимых на освоение каждой темы |
|  |  | **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях-13 часов** |  |
|  |  | ***Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения-6 часов.*** |  |
| 1 | 06.09 | Правила поведения в условиях вынужденного существования. | 1 |
| 2 | 13.09 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. | 1 |
| 3 | 20.09 | Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 1 |
| 4 | 27.09 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 1 |
| 5 | 04.10 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. | 1 |
| 6 | 11.10 | Законы и другие правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. | 1 |
|  |  | ***Гражданская оборона- составная часть системы обороноспособности страны-7 часов.*** |  |
| 7 | 18.10 | ГО, понятия, определения и задачи. | 1 |
| 8 | 25.10 | Современные средства поражения и их поражающие факторы. | 1 |
| 9 | 08.11 | Оповещение и информирование населения об опасностях при ЧС. | 1 |
| 10 | 15.11 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. | 1 |
| 11 | 22.11 | Средства индивидуальной защиты. | 1 |
| 12 | 29.11 | Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. | 1 |
| 13 | 06.12 | Организация ГО в школе. | 1 |
|  |  | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни-10 часов.** |  |
|  |  | ***Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний-3часа.*** |  |
| 14 | 13.12 | Сохранение и укрепление здоровья. | 1 |
| 15 | 20.12 | Основные инфекционные болезни, их классификация. | 1 |
| 16 | 27.12 | Основные инфекционные болезни, и прфилактика. | 1 |
|  |  | ***Основы здорового образа жизни-7часов.*** |  |
| 17 | 17.01 | ЗОЖ, факторы, влияющие на здоровье. | 1 |
| 18 | 24.01 | Основные составляющие ЗОЖ. | 1 |
| 19 | 31.01 | Биологические ритмы. | 1 |
| 20 | 07.02 | Влияние биологических ритмов на работоспособность человека. | 1 |
| 21 | 14.02 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. | 1 |
| 22 | 21.02 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. | 1 |
| 23 | 28.02 | Профилактика вредных привычек. | 1 |
|  |  | **Основы военной службы-12часов** |  |
|  |  | ***Вооруженные силы РФ-5 часов*** | 1 |
| 24 | 07.03 | История создания ВС РФ. | 1 |
| 25 | 14.03 | История создания ВС РФ. | 1 |
| 26 | 21.03 | Организационная структура ВС. | 1 |
| 27 | 04.04 | Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение. | 1 |
| 28 | 11.04 | Функции и основные задачи ВС. Реформа ВС. | 1 |
| 29 | 18.04 | Другие войска, их состав и предназначение. | 1 |
|  |  | *Боевые традиции ВС России-3 часа* |  |
| 30 | 25.04 | Патриотизм и верность воинскому долгу. | 1 |
| 31 | 03.05 | Памяти поколений - дни воинской славы. | 1 |
| 32 | 10.05 | Дружба и войсковое товарищество. | 1 |
|  |  | ***Символы воинской чести-3часа.*** |  |
| 33 | 16.05 | Боевое знамя воинской части. | 1 |
| 34 | 23.05 | Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги. | 1 |
| 35 | 30.05 | Ритуалы ВС Российской Федерации. | 1 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |