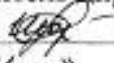


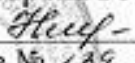
СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР

 И.В. Шарых
« 01 » 09 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Ильинская СОШ»

 И.Н. Никитина
Приказ № 135 от « 01 » 09 2022 г..



МБОУ «Ильинская средняя общеобразовательная школа»

Рабочая программа
учебного предмета «ОБЖ»

10 класс

Посконный В.Г., преподаватель-организатор ОБЖ

с. Ильинка
2021 г

ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобразования России от 05.03.2004г. №1089, Примерной программы основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности и Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-11 классы А.Т. Смирнова, М.: «Просвещение», 2007г

Цели:

- *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.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен знать:

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

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;

- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
 - назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
 - показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
 - рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- ведения здорового образа жизни;
 - действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
 - соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
 - соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;
 - соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
 - оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
 - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
 - подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

Учебно-тематический план

№ раздела, темы	Наименование раздела, темы урока	Кол. часов	
		Раздел	Тема
1	<i>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</i>	13	
1.1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения		6
1.2	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны		7
2	<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i>	10	
2.1	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний		3
2.2	Основы здорового образа жизни		7
3	<i>Основы военной службы</i>	12	
3.1	Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества		6
3.2	Боевые традиции Вооруженных Сил России		3
3.3	Символы воинской чести		3
3.4	Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)		40
Всего		35+40	

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Структурно программа состоит из трех разделов и тринадцати тем.

Раздел I «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях» предназначен для систематизации и углубления знаний, обучаемых в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации в Российской Федерации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, полученных при изучении основ безопасности жизнедеятельности в 5—9 классах. Раздел состоит из двух обобщающих тем: «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения», «Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из четырех тем.

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из семи тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества. Программа рассчитана на 34 учебных часа в 10 классе+40 часов учебных сборов. В 11 классе программа рассчитана на 33 учебных часа.

Содержание учебной программы ОБЖ для 10 класса.

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 (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

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

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. (6 часов)

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. (2 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.(4 часа)

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.

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. (10 часов)

5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества. (4 часа)

Организация вооруженных сил Московского государства в XI-V-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV 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 Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

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, 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, её этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних 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 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. 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

Контрольно-измерительные материалы

Контрольно-измерительные материалы взяты из:

Евлахов, В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: учебно-методическое пособие/ В.Меланов. – 3-е изд., перераб. – М.: Дрофа, 2010. – 74, [6]с.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 класс (35 часов)

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	
			план	факт
Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях (13 ч)				
Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения (6 ч)				
1	Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1 час		
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1 час		
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1 час		
4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1 час		
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи	1 час		
6	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1 час		
Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны (7 ч)				
7	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1 час		
8	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1 час		
9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	1 час		
10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1 час		
11	Средства индивидуальной защиты	1 час		
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	1 час		
13	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении	1 час		.
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)				
Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 ч)				
14	Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1 час		
15	Инфекционные заболевания, их классификация	1 час		
16	Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1 час		
Основы здорового образа жизни (7 ч)				
17	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье	1 час		
18	Основные составляющие здорового образа жизни	1 час		
19	Биологические ритмы	1 час		
20	Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	1 час		

21	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1 час		
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье	1 час		
23	Профилактика вредных привычек	1 час		
Раздел 3. Основы военной службы (12 ч)				
Вооруженные силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества (6 ч)				
24	История создания Вооруженных сил России	1 час		
25	История создания Вооруженных сил России	1 час		
26	Организационная структура Вооруженных сил России	1 час		
27	Виды Вооруженных сил, рода войск. История их создания и предназначение	1 час		
28	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных сил	1 час		
29	Другие войска, их состав и предназначение	1 час		
Боевые традиции Вооруженных сил России (3 ч)				
30	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества	1 час		
31	Памяти поколений -дни воинской славы России	1 час		
32	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений	1 час		
Символы воинской чести(3 ч)				
33	Боевое Знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы.	1 час		
34	Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1 час		
35	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	1 час		
Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)		40 часов		
Итого 35 +40				

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Основы безопасности жизнедеятельности: программы общеобразовательных учреждений, 1-11 классы/под общей редакцией А.Т.Смирнова. — М.: Просвещение, 2007.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.И.Мишин В.А.Васнев; под общ. ред. А.Т.Смирнова. — М.:«Издательство Просвещение» 2007.
3. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Метод. Пособие. – М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, 2003. – 272 с. – (Б-ка учителя ОБЖ)
4. Противодействие терроризму: учебное пособие для учащихся и воспитанников общеобразовательных учреждений/ В.И.Симакин, Е.АПечерская.
5. Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10—11 кл. /А. Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.
6. Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской

обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об образовании», «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с сокращением срока военной службы по призыву» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. — М., 1998—2007.