


Управление образования
МО «Приморский муниципальный район»
МБОУ «Соловецкая средняя общеобразовательная школа»

Согласовано:

Заместитель директора по УР

 /Абрамова Л.В./
«21» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Соловецкая СОШ»

 /Кульбида Н.Н./
«21» августа 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности
10 класс

Составитель: Некипелова Я.А.

п. Соловецкий
2020 г.

Рабочая программа реализуется на основе УМК

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. 5-е изд. – М.: Просвещение 2013.

На учебник получены положительные экспертные заключения Российской академии образования №01-5/7д-103 от 20 октября 2010г. и ФГУ «Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России» (федеральный центр науки и высоких технологий) № 2374/ 12-1 от 31 августа 2010 г.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Ученик научится:

- Распознавать и анализировать особенности жизнедеятельности человека при автономном пребывании его в различных природных условиях;
- Обосновывать основное предназначение и решаемые задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от ЧС природного и техногенного характера;
- Формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии а подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе;
- Уяснить и разбираться в основах семейно-брачных отношений, принятых в Российской Федерации в настоящее время;
- Анализировать и оценивать состояние личного здоровья в повседневной жизни, определять в какой мере оно обеспечивает эффективность жизнедеятельности и вносить определённые коррективы в образ жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- Последовательно выполнять приёмы оказания первой помощи в различных неотложных состояниях;
- Уяснять сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении ЧС природного и техногенного характера.

Ученик сможет научиться:

- Самостоятельно разрабатывать и осуществлять однодневный выход на природу для отработки элементов ориентирования по местности;
- Уяснить сущность терроризма и экстремизма как социального противоправного явления, представляющего серьёзную угрозу национальной безопасности России;
- Формировать умения в системе самоконтроля за своим здоровьем, умения планировать индивидуальную нагрузку на день и неделю с учётом биологических режимов и индивидуальных возможностей;
- Оказывать первую медицинскую помощь;
- Формировать свое мнение об этом мероприятия, обосновывать его и подкреплять примерами из опыта по защите населения страны от ЧС.

2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуации природного и техногенного характера. 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.). Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Ядерное и химическое оружие. Бактериологическое (биологическое) оружие. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. 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. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Здоровье человека, общие понятия и определения. Классификация, пути передачи и профилактика инфекционных заболеваний. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная к 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 и физической культуры 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. Употребление табака и его влияние на организм человека. Употребление алкоголя и его влияние на здоровье человека. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека и социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Наркомания и токсикомания.

Раздел III. Основы военной службы. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Рода войск, не входящих в виды Вооруженных Сил РФ, специальные войска. Тыл Вооруженных Сил РФ. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. 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. 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. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

3. Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности»

№	Тема урока	Количество часов
1	Вводный урок: знакомство с курсом ОБЖ	1 ч.
2	Автономное пребывание человека в природной среде и практическая подготовка	1 ч.
3	Практическая подготовка к автономному пребыванию в окружающей среде	1 ч.
4, 5	Чрезвычайные ситуации природного характера: обеспечение личной безопасности	2 ч.
6	Чрезвычайные ситуации техногенного характера: меры по обеспечению безопасности	1 ч.
7	Национальная оборона: современные войны и вооруженные конфликты	1 ч.
8	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС. РСЧС: структура и функции	1 ч.
9	Терроризм: факторы влечения и экстремизм	1 ч.
10	Принципы противодействия экстремизму и терроризму. Роль государства	1 ч.
11	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	1 ч.
12	Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность	1 ч.
13	Повторительно-обобщающий урок «Основы безопасности личности, общества и государства»	1 ч.
14	Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи	1 ч.
15	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1 ч.
16	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	1 ч.
17	ГО – составная часть обороноспособности страны	1 ч.
18	Основные виды оружия и их поражающие факторы	1 ч.
19	Основные виды оружия и их поражающие факторы	1 ч.

20	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения	1 ч.
21	Средства индивидуальной защиты	1 ч.
22	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательном учреждении.	1 ч.
23	Повторительно-обобщающий урок «ГО и ЧС»	1 ч.
24	Гражданская оборона. История создания Вооруженных Сил РФ.	1 ч.
25	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1 ч.
26	Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ	1 ч.
27	Вооруженные Силы РФ. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.	1 ч.
28	Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ	1 ч.
29	Ракетные войска стратегического назначения. Вооружение и военная техника РВСН.	1 ч.
30	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение	1 ч.
31	Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ	1 ч.
32	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1 ч.
33	Итоговая аттестация по курсу: тестирование	1 ч.
34	Итоговый урок	1 ч.