

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя школа пос. Борское  
муниципального образования «Гвардейский городской округ»**

Рассмотрено на заседании МО  
*старших классов*  
протокол № 5  
от 17 июня 2016 г.  
Руководитель МО *Лисицына Л.В.*

Утверждена на заседании МС  
протокол № 5  
от 24 июня 2016 г.  
Председатель МС *Бондарева Н.П.*  
Бондарева Н.П.

Разрешена к применению  
приказом директора школы  
приказ № 60  
от 27 июня 2016 г.  
Директор школы *Литвинчук Т.Н.*  
Литвинчук Т.Н.



**Рабочая программа учебного предмета  
«Обеспечение безопасности жизнедеятельности»  
в 10 классе  
на 2016-2017 учебный год**

**Разработчик  
Литвинчук Л.К., учитель ОБЖ**

пос. Борское  
2016 г.

## 1. Планируемые результаты

### Учащиеся должны знать/понимать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению национальной безопасности России;
- социально-демографические процессы, происходящие в России и их влияние на безопасность государства; перспективы развития ядерной энергетики в стране и обеспечение радиационной безопасности населения;
- индивидуальные меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта, правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника и при освобождении заложников спецподразделениями;
- основные источники опасностей в природе, техносфере и социуме;
- основные чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера и их классификация;
- организацию в Российской Федерации защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- правила оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях;
- основы здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека, обеспечивающей ему личную безопасность и здоровье;
- основное положение Военной доктрины Российской Федерации по обеспечению военной безопасности государства;
- предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации, основные функции и задачи Вооруженных Сил по обеспечению военной безопасности государства. Виды и рода войск Вооруженных Сил. Их состав и предназначение. Другие войска и их предназначение;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и дни воинской славы России;
- основные составляющие воинской обязанности граждан Российской Федерации; организацию воинского учета и его предназначение;
- правовые основы военной службы (основные положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащего»);
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- об организации Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- о современных средствах поражения и их поражающих факторах;
- об основах здорового образа жизни и основных его составляющих;

### Учащиеся должны уметь:

- перечислять комплекс основных мероприятий, проводимых в регионе проживания, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- перечислять последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- перечислять основные положения Военной доктрины Российской Федерации, касающиеся обеспечения военной безопасности государства;
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять воинское приветствие на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- готовить автомат к стрельбе;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным целям;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
  - выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни и устойчивой психологической невосприимчивости к вредным привычкам;
  - формирования в себе качеств хорошего семьянина;
  - владения навыками в области гражданской обороны;
  - оказания первой помощи пострадавшим;
  - формирования психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву;
  - формирования психологической, физической и профессиональной готовности к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования;
  - выбирать военное образовательное учреждение профессионального образования и военной профессии для подготовки к трудовой деятельности.

## 2. Содержание учебного предмета

В курсе ОБЖ для 10 классов завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом "О воинской обязанности военной службе" письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14.07.98 г №1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 10 классов введен раздел "Основы военной службы". Раздел "Основы военной службы" органически связан с другими разделами курса и направлен прежде всего на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, патриотическое (военно-патриотическое воспитание) старшеклассников. В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения.

В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, истории создания Вооруженных Сил, их организационной структуре, функции и основных задачах боевых традициях и символах воинской чести, об основных воинских обязанностях. В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практически; навыков программой курса предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса на базе воинской части, определяемой военным комиссариатом в конце учебного года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (40 часов учебного времени).

Программа курса ОБЖ предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками. Вместе с тем темы «Учебные сборы» (10 класс) являются необязательными для девушек.

№ раз-дела	Наименование раздела	Содержание раздела (теория)
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	<p>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.</p> <p>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..</p> <p>Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.</p> <p>Правила поведения в общественном транспорте Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта</p> <p>Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.</p> <p>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.)</p> <p>РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>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.</p>
2	Гражданская оборона - составная часть обороноспособн	<p>Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий</p> <p>Организация управления гражданской обороной Структура</p>

	ости страны	<p>управления и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.</p> <p>Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.</p> <p>Бактериологическое (биологическое) оружие Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы</p> <p>Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения</p> <p>Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях</p> <p>Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях</p> <p>Защитные сооружения гражданской обороны Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны</p> <p>Виды защитных сооружений Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях)</p> <p>Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования Средства защиты кожи Медицинские средства защиты и профилактики.</p> <p>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</p> <p>Обязанности обучаемых.</p>
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	<p>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.</p> <p>Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.</p> <p>Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.</p>
4	Основы здорового образа жизни.	<p>Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>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</p> <p>Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.</p> <p>Основные понятия о биологических ритмах организма.</p>

		<p>Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и социальные последствия вредных привычек.</p> <p>Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.</p> <p>Курение и его влияние на состояние здоровья Табачный дым и его составные части Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему Пассивное курение и его влияние на здоровье</p> <p>Наркотики Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения Социальные последствия пристрастия к наркотикам Профилактика наркомании, чистота и культура в быту</p>
5	<p>Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества</p>	<p>Организация вооруженных сил Московского государства в XIУ-XУ 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</p> <p>Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.</p> <p>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, ее 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 инфор-</p>

		мации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение
6	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.	<p>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.</p> <p>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.</p>
7	Основы практической подготовки к военной службе	Занятия проводятся в виде 5-дневных сборов на базе воинской части по решению и по планам командования части

### Практические работы

№ раздела	Наименование раздела	Содержание раздела (практика)
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	
2	Гражданская оборона - составная часть обороноспособность	<p>Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.</p> <p>Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования</p> <p>Средства защиты кожи</p> <p>Медицинские средства защиты и профилактики.</p>

	и страны	
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	Оказание первой помощи пострадавшим при переломах Оказание первой помощи пострадавшим при остановке дыхания Оказание первой помощи пострадавшим при остановке работы сердца
4	Основы здорового образа жизни.	
5	Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества	
6	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.	
7	Основы практической подготовки к военной службе	Размещение и быт военнослужащих Суточный наряд Несение караульной службы Строевая подготовка Огневая подготовка Тактическая подготовка Топографическая подготовка Медицинская подготовка Физическая подготовка

### 1. Тематическое планирование

№ пп	Содержание	Кол-во часов (всего)	Кол-во контрольных работ	Кол-во практических работ	Кол-во часов внеклассной работы по предмету
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	6			1
2	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	7	1	4	
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	4	1	3	



4	Основы здорового образа жизни.	4	1		1
5	Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества	4	1		
6	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.	9	2		
7	Основы практической подготовки к военной службе	40		40	
	Итого	34+40	6	7+40	2