Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №76 города Белово»

 Утверждаю:

Директор: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.В.Мастяева

 Пр. № 108-од от «28» августа 2018г.

**Рабочая программа**

по **«Основам безопасности жизнедеятельности»**

в 10 классе

на 2018 – 2019 учебный год

Обсуждено Рассмотрено на МС Составитель

на заседании МО протокол № 1 Шойко Ольга Николаевна,

учителей естественно-научного цикла от «27» августа 2018 г. учитель ОБЖ

протокол № 1 Руководитель МС: Маланина Е.Н.

от «27» августа 2018 г.

Руководитель М.О.: Мальгина О.Н.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена на основе Примерной программы среднего (полного) общего образования

по Основам безопасности жизнедеятельности в 10-11-х классах

Количество часов по программе – 35

Количество часов в неделю – 1

**Таблица распределения количества часов по четвертям**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Полугодие | Количество по программе | Проведено фактически | Практическая часть |
| теоретические | практические | контрольные |
| 1 полугодие | 16 |  | 14 | 1 | 1 |
| 2 полугодие | 19 |  | 14 | 4 | 1 |
| Итого | 35 |  | **28** | **5** | **2** |

**Цели**

Изучение в старшей школе на базовом уровне «Основ безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

• усвоение и закрепление учащимися знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера, о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства; об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса; о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; при угрозе террористического акта, о мерах профилактики наркомании; о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

• усвоение учащимися содержания основных положений Конституции Российской

 Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия

 терроризму; нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок

 подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия

 терроризму;

• усвоение знаний о предназначении основных функций и задач Вооруженных Сил Российской Федерации; видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск; о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации; участии Вооруженных Сил России в контртеррористических операциях; Государственные и военные символы Российской Федерации;

• формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности

 жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной

 с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от

 внешних и выполнению каждым гражданином Российской Федерации Конституционного долга и

 обязанности по защите Отечества;

• развитие у учащихся личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное

 поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и

 социального характера, в том числе при угрозе террористического акта; потребности в соблюдении

 норм здорового образа; потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину

 России, в области безопасности жизнедеятельности; физических и морально-психологических

 качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной

 деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской

 Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных

 Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

• Воспитание у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества

 и государства;

• Развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях в опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера;

**Содержание рабочей Программы по ОБЖ**

**Основы безопасности личности, общества и государства**

**Основы комплексной безопасности**

**Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

 Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций . Современный комплекс проблем безопасности военного характера.

 Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

 Современный комплекс проблем безопасности военного характера Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооружённых конфликтов.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

 Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи.

 Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности Информационная безопасность подростка.

Правила личной безопасности при угрозе террористического акта Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

**Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни**

**Основы здорового образа жизни**

**Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

 Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Инфекционные заболевания, их классификация. Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний. Первая помощь при травмах и ранения.

Виды кровотечения. Правила остановки кровотечения. Практическое занятие

Первая помощь при острой сердечной недостаточности , инсульте, остановке сердца.

 Здоровый образ жизни и его составляющие Здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и закаливания Вредные привычки. Профилактика вредных привычек Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка. Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность человека.

 **Обеспечение военной безопасности государства.**

 **Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны**

 Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи

Ядерное оружие и его поражающие свойства Поражающие факторы ядерного взрыва Биологическое оружие. Химическое оружие и его боевые свойства

Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. Оповещение населения об опасностях, возникающих при ЧС мирного и военного времени.

Эвакуация населения. Средства индивидуальной защиты Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

 ВС РФ-защитники нашего Отечества 2час

История создания и развития ВС РФ. Памяти поколений – дни воинской славы России. Патриотизм – основа героизма

Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации: Сухопутные Войска, Военно-Воздушные Силы и Военно-Морской Флот, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Ракетных Войск Специального Назначения, Воздушно- Десантные Войска и космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Пограничные органы ФСБ, внутренние войска Министерства Внутренних Дел, войска гражданской обороны Министерства Чрезвычайных Ситуаций России.

 Основы военной службы Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда Общие положения. Обязанности дежурного и дневального по роте. Организация караульной службы, Общие положения. Часовой и обязанности часового. Строевая подготовка Основные виды оружия и их поражающие факторы. Строевые приёмы и движение без оружия Огневая подготовка Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова Тактическая подготовка Современный бой Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения Инженерное оборудование

 Боевые традиции Вооруженных Сил России Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Памяти поколений – дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела, темы | Количество часов |
| **Модуль-I** |  **Основы безопасности личности, общества и государства**  | **11 час** |
|  | Основы комплексной безопасности  |   |
|  | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 4 час |
|  | Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций  | 2час |
|  | Современный комплекс проблем безопасности военного характера  | 1 час |
|   | Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера  |  |
|  | Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | 2час |
|  | Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации  |  |
|  | Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства  | 2час |
| **Модуль -II** |  **Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни** | **7 час** |
|  |  Основы здорового образа жизни |  |
|  |  Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.  | 5 час |
|  | Здоровый образ жизни и его составляющие  | 2час |
| **Модуль-III** |  **Обеспечение военной безопасности государства.** | **17 час** |
|  | Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны  | 3час |
|  | ВС РФ-защитники нашего Отечества  | 2час |
|  | Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации  | 3 час |
|  |  Основы военной службы  |  |
|  | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда | 2час |
|  | Строевая подготовка | 2час |
|  | Огневая подготовка  | 2час |
|  | Тактическая подготовка  | 2час |
|  | Боевые традиции Вооруженных Сил России  | 3час |
|  | **Всего часов** | **35час** |

Требования к уровню подготовки выпускников

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовомуровне ученик должен

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи и структуру государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства о защите Отечества и воинской обязанности граждан;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- нормы международного гуманитарного права;

- назначение и боевые свойства личного оружия;

- средства массового поражения и их поражающие факторы;

- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;

- правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования, МВД России, ФСБ России, МЧС России;

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

- использовать полученные знания при первоначальной постановке на воинский учет;

- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;

- вести стрельбу из автомата по неподвижным целям;

- владеть навыками безопасного обращения с оружием;

- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;

- обращаться с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;

- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;

- выполнять упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;

- вызова в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;

- приобретения практического опыта деятельности, предшествующей профессиональной, в основе которой лежит данный учебный предмет.

 **Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел, тема | К-во час |  |  |  |
| **Модуль-I Основы безопасности личности, общества и государства 11 часов****Основы комплексной безопасности** **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**  |
| 1. | Автономное пребывание человека в природной среде. | 1 |  |  |  |
| 2. | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. | 1 |  |  |  |
| 3. | Обеспечение личной безопасности на дорогах. | 1 |  |  |  |
| 4. | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. | 1 |  |  |  |
| **Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций**  |
| 5. | Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. | 1 |  |  |  |
| 6.  | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера. | 1 |  |  |  |
| **Современный комплекс проблем безопасности военного характера**  |
| 7. | Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. | 1 |  |  |  |
| **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**  |
| **Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**  |
| 8. | Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | 1 |  |  |  |
| 9. | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. | 1 |  |  |  |
| **Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**  |
|  **Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства**  |
| 10. | Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности Информационная безопасность подростка. | 1 |  |  |  |
| 11. | Правила личной безопасности при угрозе террористического акта Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий. | 1 |  |  |  |
| **Модуль -II Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни 7 часов** |
|  **Основы здорового образа жизни**  |
|  **Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.**  |
| 12 | Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности.  | 1 |  |  |  |
| 13. | Инфекционные заболевания, их классификация. Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний. | 1 |  |  |  |
| 14. | Первая помощь при травмах и ранения.  | 1 |  |  |  |
| 15 | Виды кровотечения. Правила остановки кровотечения. Практическое занятие | 1 |  |  |  |
| 16 | Первая помощь при острой сердечной недостаточности , инсульте, остановке сердца. | 1 |  |  |  |
| **Здоровый образ жизни и его составляющие** |
| 17. | Здоровый образ жизни. Значение двигательной активности и закаливания Вредные привычки. Профилактика вредных привычекСемья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка. | 1 |  |  |  |
| 18. | Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность человека. | 1 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Модуль-III Обеспечение военной безопасности государства. 17** |
| **Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны**  |
| 19. | Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачиЯдерное оружие и его поражающие свойства Поражающие факторы ядерного взрыва Биологическое оружие. Химическое оружие и его боевые свойства | 1 |  |  |  |
| 20. | Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. Оповещение населения об опасностях, возникающих при ЧС мирного и военного времени. | 1 |  |  |  |
| 21 | Эвакуация населения. Средства индивидуальной защиты Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. **(практическое занятие)** | 1 | 30 мин |  |  |
| **ВС РФ-защитники нашего Отечества**  |
| 22. | История создания и развития ВС РФ. Памяти поколений – дни воинской славы России. Патриотизм – основа героизма | 1 |  |  |  |
| 23. | Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ | 1 |  |  |  |
|  **Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации**  |
| 24.  | СВ, ВВС и ВМФ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН, ВДВ и космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. | 1 |  |  |  |
| 25 | Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ. Пограничные органы ФСБ, внутренние войска МВД, войска гражданской обороны МЧС России. | 1 |  |  |  |
| **Основы военной службы**  |
|  **Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда** |
| 26 | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда Общие положения. Обязанности дежурного и дневального по роте. | 1 |  |  |  |
| 27 | Организация караульной службы, Общие положения. Часовой и обязанности часового. | 1 |  |  |  |
|  **Строевая подготовка** |
| 28 | Основные виды оружия и их поражающие факторы | 1 |  |  |  |
| 29. | Строевые приёмы и движение без оружия **(практическое занятие)** | 1 | 1 |  |  |
| **Огневая подготовка**  |
| 30 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова | 1 |  |  |  |
| 31 | Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова **(практическое занятие)** | 1 | 1 |  |  |
| **Тактическая подготовка**  |
| 32 | Современный бой Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения Инженерное оборудование | 1 |  |  |  |
| **Боевые традиции Вооруженных Сил России 3час** |
| 33 | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. | 1 |  |  |  |
| 34 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Памяти поколений – дни воинской славы России. | 1 |  |  |  |
| 35 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. | 1 |  |  |  |
|  | год | 35 |  |  |  |

**Формы и средства контроля**

Единицей учебного процесса является урок. В первой части урока проводится объяснение нового материала, во второй части урока планируется компьютерный практикум в форме практических работ или компьютерных практических заданий, рассчитанных, с учетом требований СанПИН, на 10-25 минут и направленных на отработку отдельных технологических приемов и практикумов – интегрированных практических работ, ориентированных на получение целостного содержательного результата, осмысленного и интересного для учащихся.

Всего на выполнение различных практических работ отведено более половины учебных часов. Часть практической работы (прежде всего подготовительный этап, не требующий использования средств информационных и коммуникационных технологий) включена в домашнюю работу учащихся, в проектную деятельность. Работа может быть разбита на части и осуществляться в течение нескольких недель.

**Формы текущего контроля знаний, умений, навыков; промежуточной и итоговой аттестации учащихся**

*Все формы контроля по продолжительности рассчитаны на 10-20 минут.*

*Текущий контроль* осуществляется с помощью компьютерного практикума в форме практических работ и практических заданий.

*Тематический* контроль осуществляется по завершении изучения крупного блока (темы) в форме контрольной работы, тестирования, выполнения зачетной практической работы.

*Итоговый* контроль осуществляется по завершении изучения учебного материала в форме, определяемой Положением образовательного учреждения.

**Список литературы**

Литература для учителя

Преподавание ОБЖ в школе Л.А.Акимова, Е.Е. Лутовина, А.М.Зуев Оренбург Издательство ОГПУ 2016

Методика проведения соревнований по программе спартакиады допризывной молодёжи

Методика обучения ОБЖ Л.В.БайбородоваЮ.В.Индюков Москва «Владос» 2014

Пожарная безопасность М.А.Ермакова Оренбург Издательство ОГПУ 2017

Профилактика Детского дорожно-транспортного травматизма В.ВШумилова Е.Ф.Таркова Волгоград

Издательство «Учитель» 2017

Обеспечение безопасности образовательного учреждения С.В.Петров Москва «Издательство НЦ ЭНАС» 2006

Противодействие терроризму «Школа против террора» В.И.СимакинЕ.А.Печёрская Издательство «Кирилица» 2016

Безопасность жизнедеятельности А.М.Суздалева, О.Н.Федоренко, Е.Е.Лутовина Оренбург Издательство ОГПУ 2017

Основы безопасности жизнедеятельности. Секреты преподавания Л.А.Тётушкина Издательство «Учитель» Волгоград 2016

Основы военной службы А.Т.Смирнов, В.А.Васнев Дрофа Москва 2017

Литература для обучающихся

 «Основы безопасности жизнедеятельности»,10 класс для ОУ/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников./под ред.А.Т.Смирнова/ М.: Просвещение, 2016

Электронные ресурсы

1. [http://fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru/catalog/meta/4/mc/discipline%20OO/mi/6/p/page.html) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР)
2. <http://school-collection.edu.ru/> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://www.it-n.ru/> Сеть творческих учителей