

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 42  
с углубленным изучением отдельных предметов городского округа Самара

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ГОИИ № 42 г.о. Самара  
В. Косарева  
«29» августа 2014 г.



СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УР  
Н.С. Мельникова  
«29» августа 2014 г.

Программа рассмотрена на заседании МО  
учителей по направлению «Физическая  
культура. Искусство»  
Протокол № 1 от «29» августа 2014 г.  
Руководитель МО  
О.А. Лукьянова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Класс – 10

Составитель  
учитель  
Ткаченко Н.В.

2014 год

## Пояснительная записка

Учебная программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) разработана в рамках Государственной целевой программы обучения населения, подготовки специалистов органов государственного управления Российской Федерации и аварийно-спасательных сил к действиям в чрезвычайных ситуациях в соответствии с требованиями законов РФ «Об образовании», «О воинской обязанности и военной службе» и постановления правительства РФ от 18 апреля 1992 г. № 261 «О создании Российской системы предупреждения и действия в чрезвычайных ситуациях»; в соответствии с федеральным компонентом государственных образовательных стандартов среднего (полного) общего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

### освоение знаний:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- об обязанностях граждан по защите государства, об основах по обороне государства;

### развитие:

- черт личности, необходимых для безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях;
- бдительности по предотвращению актов терроризма;
- потребности в соблюдении здорового образа жизни;

### воспитание:

- ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью;
- чувства уважения к героическому наследию России и её государственной символике;
- патриотизм и чувство долга по защите Отечества;

### овладение умениями:

- оценивать ситуации опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

При составлении календарно-тематического планирования были использованы **Программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений.**

**Авт. В.П. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский М.:«Дрофа», 2007 г.**

Занятия по курсу ОБЖ включаются в общее расписание и проводятся совместно с юношами и девушками в 10-х классах -1 час в неделю (34 часа в год) по учебному пособию **В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский «Основы безопасности жизнедеятельности». 10класс. «Дрофа» , 2013 год.**

## Общая характеристика учебного курса

Содержание программы выстроено по трем линиям: безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях; основы медицинских знаний и здорового образа жизни; основы военной службы, современный комплекс проблем безопасности.

В рабочей программе по предмету «Обеспечение безопасности жизнедеятельности» реализованы требования федеральных законов:

1. «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
2. «Об охране окружающей природной среды»;
3. «О пожарной безопасности»;
4. «О гражданской обороне»;
5. «О безопасности дорожного движения» и др.

Содержание программы выстроено по трем линиям:

1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
2. Основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях;
3. Основы военной службы.

В содержание рабочей программы включен материал по изучению Правил дорожного движения.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

#### ***Задачи образовательной программы***

Изучение предмета «Основы Безопасности Жизнедеятельности» направлено на решение следующих **задач**:

- освоение учащимися знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства
- воспитание у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества
- развитие у учеников черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма, ведения здорового образа жизни
- обучение учащихся умению оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, правильно действовать в чрезвычайных ситуациях, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### **Описание места учебного курса**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается на ступени среднего общего образования в качестве обязательного предмета в 10-11 классах в общем объеме 68 часов, в 10 классе по 1 часа в неделю включается в общее расписание и практические занятия на базе воинской части в размере 40 часов.

## Прогнозируемые результаты обучения

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне 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 государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- стрельбы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих.

### *Уметь*

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- обращаться с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения

### *Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:*

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.
- формирование психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования.

## Содержание учебного курса

### **Чрезвычайные ситуации техногенного характера.**

Понятие о промышленных авариях и катастрофах. Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика. Пожаровзрывоопасные объекты. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах  
Основные положения Законов Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О радиационной безопасности».

### **Современные средства поражения**

Ядерное оружие и его боевые свойства. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва: ударной волны, светового излучения, проникающей радиации, радиоактивного заражения местности, электромагнитного импульса. Особенности поражающего действия нейтронного боеприпаса.

Химическое оружие, способы и признаки его применения. Классификация отравляющих веществ по назначению и воздействию на организм. Бинарные химические боеприпасы. Очаг химического поражения. Зоны химического заражения. Способы защиты от отравляющих веществ.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Способы и признаки его применения. Краткая характеристика основных видов бактериологических средств. Очаг бактериологического поражения. Опасные и вредные вещества микробиологических производств. Источники инфекций.

Современные обычные средства поражения. Осколочные, шариковые, фугасные боеприпасы и высокоточное оружие. Боеприпасы объемного взрыва. Зажигательное оружие.

### **Гражданская оборона.**

Основные положения Федерального закона «О гражданской обороне».

Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Структура и органы управления гражданской обороной.

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.

Защитные сооружения гражданской обороны. Убежище, противорадиационные укрытия. Предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Системы жизнеобеспечения. Правила поведения в защитных сооружениях.

Простейшие укрытия. Открытая и перекрытая щели. Назначение, защитные свойства, порядок сооружения и особенности их использования.

Средства индивидуальной защиты. Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия. Простейшие и подручные средства защиты.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивидуальной защиты кожи.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера**

Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Меры безопасного поведения населения, оказавшегося на территории военных действий.

Правила профилактики и самозащиты от нападения хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приемы самозащиты.

Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте.

Правила обеспечения сохранности личных вещей. Основные виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни. Правила защиты от мошенников.

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

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

### **Основы военной службы**

#### **История создания Вооруженных Сил России**

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I. 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 Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.

#### **Боевые традиции Вооруженных Сил и символы воинской чести**

Дни воинской славы России — дни славных побед.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

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

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

## **Календарно-тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности. 10 класс. (34 часа)**

№ п/п	№ урока	Тема урока	ЦОР	Контроль	Домашнее задание	Повторение	Сроки
-------	---------	------------	-----	----------	------------------	------------	-------

**Раздел I Безопасность и защита человека в среде обитания (18 часов)**

Учащиеся должны знать: причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших бедствие, основные правила поведения в ситуациях криминогенного характера, об ответственности за общественно опасные деяния несовершеннолетних, правила безопасного поведения в случае возникновения пожара, ситуациях природного и техногенного характера.

Учащиеся должны уметь: правильно себя вести в случае захвата в заложники, возникновении пожара, аварии транспортных средств, действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

**Тема 1. Правила безопасного поведения в социальной среде (6 часов)**

1	1	Терроризм, его характерные черты и особенности. Законодательство РФ в области борьбы с терроризмом.			Лекция, пособие «Безопасность для каждого»		1 неделя сентябрь
2	2	Правила безопасного поведения при террористических актах.			Лекция, пособие «Безопасность для каждого»		2 неделя сентябрь
3	3	Правила безопасного поведения при поступлении угроз.			Лекция, пособие «Безопасность для каждого»		3 неделя сентябрь
4	4	Правила безопасного поведения при введении чрезвычайного и военного положений.			Глава 1 § 1.1.- 1.2.		4 неделя сентябрь
5	5	Вооружённый конфликт регионального и локального характера.			Глава 1 § 1.1.- 1.2.		5 неделя октябрь
6	6	Психологические аспекты подготовки к действиям в опасных ситуациях, связанных с террористическими акциями, вооружёнными конфликтами и массовыми беспорядками.			Глава 1 § 1.1.- 1.2.		6 неделя октябрь

**Тема 2. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях (6 часов)**

7	1	Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.			§ 3.1		7 неделя октябрь
8	2	Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.			§ 3.2		8 неделя октябрь
9	3	Ядерное оружие. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.	Д/ф «Ядерный щит России»		§ 3.3.		9 неделя ноябрь

10	4	Химическое оружие и боевые токсичные химические вещества (БТХВ). Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия.			Глава 8 § 8.1.-8.2.		10 неделя ноябрь
11	5	Биологическое оружие. Правила безопасного поведения и способы защиты от биологического оружия			§ 8.3.-8.4.		11 неделя ноябрь
12	6	Современные обычные средства поражения. Способы защиты от современных обычных средств поражения		Тест № 1 Правила безопасного поведения в ЧС техногенного характера		Глава 1 – 3, 8	12 неделя декабрь
<b>Тема 3. Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (6 часов)</b>							
13	1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.			Глава 5 § 5.1.-5.3.		13 неделя декабрь
14	2	РСЧС. Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС.			Глава 5 § 5.1.-5.3.		14 неделя декабрь
15	3	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.			Глава 7 § 7.1.		15 неделя декабрь
16	4	Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени			§7.2.		16 неделя январь
17	5	Международное гуманитарное право.			Глава 6		17 неделя декабрь
18	6	Защита жертв вооруженных конфликтов		Тест № 2 Система защиты населения.	Глава 6		18 неделя январь
<b>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часов)</b>							
Учащиеся должны знать: о здоровье и факторах на него влияющих, об основных заболеваниях и способах профилактики, о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности и закаливания процедур для здоровья человека, о факторах, разрушающих здоровье человека.							
Учащиеся должны уметь: владеть навыками в выполнении физических упражнений для развития выносливости, ловкости, силы, быстроты, устойчивости к гипоксии.							
<b>Тема 1. Основы медицинских знаний (4 часов)</b>							
19	1	Инфекционные заболевания и их профилактика			Глава 1		19 неделя февраль
20	2	Классификация, пути передачи и профилактика инфекционных заболеваний, наиболее			§ 1.1.		20 неделя февраль



		распространенные инфекционные заболевания .					
21	3	Первая медицинская помощь при острых состояниях			§1.2.		21 неделя февраль
22	4	Первая медицинская помощь при острых состояниях		Тест № 3 Основы медицинских знаний	§1.2.	Глава 1	22 неделя февраль
<b>Тема 2. Основы здорового образа жизни (5 часов)</b>							
23	1	Здоровый образ жизни и его составляющие.	Презентация № 2 «Здоровый образ жизни»		Глава 2. § 2.1.		23 неделя март
24	2	Факторы, укрепляющие здоровье человека			§ 2.1.		24 неделя март
25	3	Факторы, разрушающие здоровье человека			§2.3.		25 неделя март
26	4	Вредные привычки и их влияние на здоровье			§2.3.		26 неделя март
27	5	Вредные привычки и их влияние на здоровье		Тест № 4 «Здоровый образ жизни»	§2.3.		27 неделя апрель
<b>Раздел III Основы военной службы. (7 часов)</b>							
Учащиеся должны знать : о структуре функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации и их роли в системе обеспечения национальной безопасности страны , о боевых традициях Вооруженных Сил Р.Ф. , о символах воинской чести , ритуалах боевой , учебно-боевой и повседневной деятельности Вооруженных Сил Р. Ф.							
<b>Тема 1. Основы обороны государства (7 часов)</b>							
28	1	Защита Отечества – долг и обязанность граждан России			Глава 1 . § 1.1.		28 неделя апрель
29	2	Организационная структура Вооруженных Сил России. Виды Вооруженных Сил России, рода войск	Презентация № 3 «Организационная структура Вооруженных Сил РФ»		§1.2.		29 неделя апрель
30	3	Функции и основные задачи Вооруженных Сил Р.Ф. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска их состав и предназначение .			§1.3.		30 неделя апрель

31	4	Другие войска , их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики Р.Ф. по военному строительству .			§1.4.		31 неделя май
32	5	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.			Глава 2 . § 2.1.		32 неделя май
33	6	Дружба и воинское товарищество – основа воинской боевой готовности частей и подразделений .			§2.2.		33 неделя май
34	6	Памяти поколений – дни воинской славы России. Ритуалы Вооруженных Сил Р.Ф.		Тест № 5 Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества	Глава 3. § 3.1.- 3.2. Прилож. 1.	Глава 1 - 3	34 неделя май

### Описание материально-технического и информационного обеспечения образовательного процесса

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	Стандарт основного общего образования по музыке	Д	
2	Примерная основная образовательная программа основного общего образования по музыке	Д	
3	Фундаментальное ядро содержания общего образования	Д	
4	Рабочая программа по ОБЖ	Д	
5	Учебник: В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский «Основы безопасности жизнедеятельности». 10класс. «Дрофа» , 2013 год.	К	
8	Методическое пособие для учителя по ОБЖ	Д	
9	Коллекция цифровых образовательных ресурсов по ОБЖ	Д	
10	Общепользовательские цифровые инструменты учебной деятельности	Д	

11	Документальные фильмы по ОБЖ	Д	
16	Слайды по тематике курса ОБЖ	Д	
13	Мультимедийный компьютер	Д	
14	Мультимедиапроектор	Д	
15	Стол для проектора	Д	
16	Экран навесной	Д	