

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
АРТЕМОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2

Составлено: С.Ю. Кошкина  
Составитель МО учителей  
ответственно-научного цикла  
Кошкина С.Ю.  
Протокол № 1  
от «02» сентября 2016г.

Проверено: В.Н. Ишина  
Заместитель директора  
по УВР Ишина В.Н.

Утверждаю: Н.М. Глухенко  
Директор Учреждения  
Глухенко Н.М.  
Приказ № 93  
от «05» сентября 2016г.



**Рабочая программа  
по основам безопасности жизнедеятельности  
для 10 класса**

**Разработчик программы  
Безворотных Марина Николаевна**

2016 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «ОБЖ 10 класс» составлена на основе примерной программы для общеобразовательных учреждений, 5-11 классы подготовленной В. П. Латчуком (руководитель), С. К. Мироновым, С. Н. Вангородским, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации, издательство «ДРОФА», Москва. 2010 г.

Выбор авторской программы мотивирован тем, что она:

- рекомендована Министерством образования РФ для общеобразовательных классов;
- соответствует федеральному компоненту государственного стандарта общего образования по ОБЖ и учебному плану образовательного учреждения.

### **Цели и задачи преподавания учебного предмета**

- овладение знаниями о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, влиянии их последствий на безопасность личности, общества, государства;
- формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, здорового образа жизни, индивидуальной системы защищенности жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз и умения оказать первую помощь при неотложных состояниях;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников, в том числе из Интернета;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, формирование умений принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения.

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение ОБЖ на уровне основного общего образования в объеме 70 часов. В том числе: в X классе — 35 часов, в XI классе — 35 часов (из расчета 1 учебный час в неделю). Данная рабочая программа составлена в соответствии с годовым календарным учебным графиком школы с учетом праздничных дней и предусматривает проведение 35 в 10 классе.

Учитель имеет право определять количество часов в разделе или менять заданное программой количество часов в разделе в зависимости от уровня подготовленности класса.

## **2. Структура предмета**

### **10 КЛАСС (35 часов)**

| <b>№ п/п<br/>темы<br/>(раздела)</b> | <b>Название темы (раздела)</b>                     | <b>Количество<br/>часов</b> |
|-------------------------------------|--|-----------------------------|
| 1.                                  | Безопасность и защита человека в среде обитания.   | 23                          |
| 2.                                  | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 5                           |
| 3.                                  | Основы военной службы.                             | 7                           |

### 3. Требования к уровню подготовки обучающихся.

*В результате изучения программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности ученик должен:*

**а) знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов;
- 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;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, а также альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые на военной службе к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны РФ;

**б) уметь:**

- применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

**в) использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- для ведения здорового образа жизни;
- при оказании первой медицинской помощи;
- для развития у себя духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи

**Календарно-тематическое планирование по ОБЖ 10 класса.  
на 2016-2017 учебный год**

| № урока по порядку   | № урока по теме | Тема урока  | Содержание   | Дата  | Корректировка даты (основание) | Знания, умения, навыки  |
|--|-----------------|---|--|-------|--------------------------------|---|
| <b>Безопасность и защита человека в среде обитания (23 часа)</b> |                 |   |  |       |                                |   |
| 1.   | 1.              | Основные причины вынужденного автономного существования.  | Основные причины вынужденного автономного существования. Понятие о выживании и автономном существовании. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств.  | 08.09 |                                | <p><i>Знать</i> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.</p> <p><i>Уметь</i> называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях</p>  |
| 2.   | 2.              | Автономное существование человека в условиях природной среды.   | Автономное существование человека в условиях природной среды.  | 15.09 |                                |   |
| 3.   | 3.              | Ориентирование на местности: по компасу, по небесным светилам; по растениям и животным; по местным признакам. | Ориентирование на местности: по компасу, по небесным светилам; по растениям и животным; по местным признакам. Метод движения по азимуту. Оборудование временного жилища. Добыча огня. Обеспечение питанием и водой.  | 22.09 |                                |   |
| 4.   | 4.              | Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного характера.                              | Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного характера. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения: во время внезапного землетрясения; при сходе оползней, селей, обвалов и лавин; при возникновении ураганов, бурь и смерчей; при наводнении; во время природных пожаров. | 29.09 |                                | <p>Расширение знаний о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях.</p> <p>Изучение рекомендаций населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>Сформирование системы личного поведения для минимизации последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного харак-</p> |
| 5.   | 5.              | Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера.                            | Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отработка практических навыков безопасного поведения: при пожарах и взрывах; при авариях с выбросом опасных химиче-   | 06.10 |                                |   |

|     |    |   |  |       |  |  |
|-----|----|---|--|-------|--|--|
|     |    |   | ских и радиоактивных веществ; при гидродинамических и транспортных авариях   |       |  | тера   |
| 6.  | 6. | Понятие о преступлении и преступном поведении.            | Понятие о преступлении и преступном поведении. Условия, при которых наступает уголовная ответственность. Формы преступного поведения. Виды преступлений. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и наказания совершеннолетних. Виды наказаний, предусмотренные Уголовным кодексом РФ в отношении несовершеннолетних.  | 13.10 |  | Знать об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.<br>Уметь использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения        |
| 7.  | 7. | Уголовная ответственность несовершеннолетних.             |  | 20.10 |  |  |
| 8.  | 8. | Формы и вид преступлений.                                 |  | 27.10 |  |  |
| 9.  | 9. | Особенности уголовной ответственности.                    |  | 10.11 |  |  |
| 10. | 10 | Уголовный Кодекс РФ.                                      |  | 17.11 |  |  |
| 11. | 11 | Защита от ядерного оружия.                                | Понятие о ядерном оружии, его классификация и поражающие факторы. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.   | 24.11 |  | Характеризовать основные виды современного оружия и его поражающие факторы.<br>Характеризовать предназначение системы оповещения и информирования населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени и основные способы оповещения. |
| 12. | 12 | Защита от химического оружия.                             | Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Классификация БТХВ. Признаки поражения БТХВ. Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия.   | 01.12 |  | Характеризовать основные виды инженерных защитных сооружений, их предназначение и правила пользования ими.<br>Характеризовать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.   |
| 13. | 13 | Защита от биологического оружия.                          | Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Правила безопасного поведения и способы защиты от бактериологического (биологического) оружия.  | 08.12 |  | Отработать порядок применения СИЗ для предотвращения сверхнормативного воздействия на людей опасных и вредных веществ.   |
| 14. | 14 | Защита от современных средств поражения.                  | Современные обычные средства поражения, их классификация и характеристика. Способы защиты от современных обычных средств поражения.  | 15.12 |  | Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.   |
| 15. | 15 | Конституция РФ об охране жизни и здоровья.                | Деятельность государственных органов в области гарантий прав и свобод человека и гражданина, охраны его жизни и здоровья, регламентируемых Конституцией Российской Федерации. Концепция национальной безопасности Российской Федерации. Краткое содержание законов Российской Федерации: «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного | 22.12 |  | Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстрен-  |
| 16. | 16 | Концепция национальной безопасности Российской Федерации. |  | 99.12 |  |  |

|     |    |  |  |       |  |  |
|-----|----|--|--|-------|--|--|
|     |    |  | движения», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне». Основные права и обязанности граждан, предусмотренные этими законами.   |       |  | ной помощи   |
| 17. | 17 | Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. | Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны на территории Российской Федерации. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Силы и средства гражданской обороны. Нештатные аварийно-спасательные формирования. | 12.01 |  | <p><i>Характеризовать</i> основные мероприятия, проводимые во время аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.</p> <p><i>Уяснить</i> основную цель проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p> <p><i>Характеризовать</i> предназначение и задачи гражданской обороны в образовательном учреждении.</p> <p><i>Определить</i> свою роль в реализации плана мероприятий по гражданской обороне образовательного учреждения.</p> |
| 18. | 18 | Гражданская оборона в ОУ.  |  | 19.01 |  |  |
| 19. | 19 | Защита населения от ЧС мирного и военного времени.                 | Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.   | 26.01 |  |  |
| 20. | 20 | Оповещение и информирование о ЧС.                                  | Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях  | 02.02 |  |  |
| 21. | 21 | Организация инженерной защиты.                                     | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о защитных сооружениях гражданской обороны, их классификация и предназначение. Убежища, противорадиационные и простейшие укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях.  | 09.02 |  |  |
| 22. | 22 | . Коллективные средства защиты.                                    | Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, их классификация. Назначение, устройство и принцип работы фильтрующих противогазов и респираторов. Средства индивидуальной защиты кожи, их классификация и назначение.   | 16.02 |  |  |
| 23. | 23 | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСНДР).          | Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ. Содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне зараже-  | 02.03 |  |  |

|  |    |   |  |       |  |  |
|--|----|---|--|-------|--|--|
|  |    |   | ния.   |       |  |  |
| <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 часа)</b> |    |   |  |       |  |  |
| 24   | 1. | Понятие об инфекционном заболевании.                                  | Понятие об инфекционном заболевании. Классификация инфекционных заболеваний и их внешние признаки. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Понятие об иммунитете. Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика инфекционных заболеваний.   | 09.03 |  | Знать об основные принципы классификации инфекционных заболеваний.<br>Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний |
| 25.  | 2. | Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика. |  | 16.03 |  |  |
| 26.  | 3. | Сохранение и укрепление здоровья.                                     | Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности.<br>Основные факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание, режим труда и отдыха, двигательная активность, физическая культура и закаливание. Основные составляющие тренированности организма человека: сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества, гибкость. | 23.03 |  | Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье.<br>Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни      |
| 27.  | 4. | Биологические ритмы.  |  | 06.04 |  |  |
| 28.  | 5  | Средства индивидуальной защиты населения                              |  | 13.04 |  |  |
| <b>Основы военной службы (7 часов)</b>                             |    |   |  |       |  |  |
| 29.  | 1. | Оборона государства и воинская обязанность граждан РФ.                | Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан. Отражение государственной политики в области обороны государства и воинской обязанности граждан в Конституции Российской Федерации, законах Российской Федерации «Об обороне», «О безопасности», «О воинской обязанности и военной службе», "«О статусе военнослужащих ».   | 20.04 |  | Иметь представление об истории создания Вооруженных Сил России.<br>Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.   |
| 30.  | 2. | История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.                |  | 27.04 |  |  |

|     |    |  |   |       |  |   |
|-----|----|--|---|-------|--|---|
| 31. | 3. | Организационная структура Вооруженных Сил России.                        | ды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.  | 04.05 |  | <u>Иметь</u> представление об организационной структуре ВС РФ.<br>Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе    |
| 32. | 4. | Промежуточная аттестация за курс обж 10 класса . защита рефератов        |   | 11.05 |  | <u>Знать</u> состав и предназначение ВС РФ.<br><u>Владеть</u> навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе.                                 |
| 33. | 5. | Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.  | Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики Российской Федерации по военному строительству.  | 18.05 |  | <u>Знать</u> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти.<br>Уметь: отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; |
| 34. | 6. | Символика Вооруженных Сил Российской Федерации.                          | Символика Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали — почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Система государственных наград в Российской Федерации   | 25.05 |  |   |
| 35. | 7. | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Понятие о боевых традициях | Понятие о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. Понятие о героизме и мужестве, примеры героизма и мужества. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к военной присяге, вручение Боевого Знамени воинской части, вручение военным служащим вооружения и военной техники, проводы военным служащих, уволенных в запас или в отставку | 01.06 |  | <u>Иметь</u> представление о ритуалах ВС РФ.<br><u>Уметь</u> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.                           |



## 6. Учебно-методические средства обучения.

| № п/п | Название   | Автор   | Издательство, год  |
|-------|--|---|--------------------|
| 1.    | Примерная программы для общеобразовательных учреждений, 5-11 класс, по основам безопасности жизнедеятельности. | В. П. Латчук (руководитель), С. К. Миронов, С. Н. Вангородский. | М.:«ДРОФА», 2010 г |
| 2.    | Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений.                   | С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов. В. Н. Латчук, В. В. Марков  | М.: Дрофа, 2007    |
| 3.    | Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Методическое пособие.   | Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г.                        | М.: Дрофа, 2010 г  |
| 4.    | Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 10 класс.                        | Латчук В. Н., Миронов С. К                                      | М.: Дрофа, 2011.   |
| 5..   | Дидактические материалы. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы.                                  | Латчук В. Н., Марков В. В.. Фролов М. П.                        | М.: Дрофа, 2001.   |
| 6.    | Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты. 5—11 классы.   | Соловьев С. С.  | М.: Дрофа, 2008    |

### Таблицы

- |   |  |
|---|--|
| 1. Бури. Ураганы.                           | характера.                                   |
| 2. Гидродинамические аварии.                | 8. Лесные пожары.                            |
| 3. Гражданская оборона.                     | 9. Наводнения.                               |
| 4. Землетрясения.                           | 10. Оползни, обвалы, сели.                   |
| 5. Классификация ЧС природного характера.   | 11. Радиационные аварии.                     |
| 6. Классификация ЧС техногенного характера. | 12. Химические аварии.                       |
| 7. Классификация ЧС экологического          | 13. Противорадиационные и простейшие укрытия |
|   | 14. Убежища.                                 |

### ЦОРы

1. Чрезвычайные приключения Юли и Ромы. Пособие для проведения занятий и классных часов по курсу ОБЖ в начальной школе. Часть 1. Видеостудия «Премьер – УчФильм» 2011
2. Чрезвычайные приключения Юли и Ромы. Пособие для проведения занятий и классных часов по курсу ОБЖ в начальной школе. Часть 2. Видеостудия «Премьер – УчФильм» 2011
3. Чрезвычайные приключения Юли и Ромы. Пособие для проведения занятий и классных часов по курсу ОБЖ в начальной школе. Часть 3. Видеостудия «Премьер – УчФильм» 2011
4. Сам себе МЧС. Видеостудия «Премьер – УчФильм» 2011
5. Безопасность на улицах и дорогах. Учебно – методическое пособие. ООО Студия «Премьер – УчФильм» 2010
6. Безопасность на улицах и дорогах. ООО Студия «Премьер – УчФильм» 2010
7. Детская мультимедийная энциклопедия пожарной безопасности. ООО Студия «Премьер – УчФильм» 2011

### Оборудование.

1. Противогазы: ГП-5: лаборантская – 15 шт.

2. Макет автомата Калашникова (АК 74) – 4 шт.
3. Пневматические винтовки – 3 шт.
4. Макет –тренажер «Гоша» для оказания ПМП.