


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«Средняя общеобразовательная школа с. Анновка»**

<b>РАССМОТРЕНО</b> на заседании МО гуманитарного Протокол №1 От 29.08.2019г. Руководитель МО  _____ Комогорцева О.Н.	<b>СОГЛАСОВАНО</b> Заместитель директора по учебно- воспитательной работе МОБУ СОШ с. Анновка Иванова О.П.  _____ 30.08.2019г.	<b>УТВЕРЖДАЮ</b> Директор МОБУ СОШ с. Анновка   Г.П.Долгополова Приказ № 160 от 30.08.2019г.
--	--	---



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета «ОБЖ (Основы безопасности жизнедеятельности)»

Класс: 10

Уровень образования: среднее общее образование

Срок реализации программы: 2019/2020гг.

Количество часов по учебному плану: всего 35ч/год; 1ч/неделю

Рабочую программу составила: Комогорцева Оксана Николаевна,

Учитель истории и обществознания первой категории

\_\_\_\_\_

**2019г.**

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускники должны **знать**:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

Выпускники должны **уметь**:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам<sup>^</sup> принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т. д.);
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

## Содержание учебного предмета

### Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».

#### Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».

##### *Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.*

Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя.

Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.

Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года. Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные криминогенные ситуации на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

##### *Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.*

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для минимизации их последствий.

##### *Современный комплекс проблем безопасности военного характера.*

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, демократического развития государства, обеспечение национальной обороны.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Военный конфликт, вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

#### Раздел 2, Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

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

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.

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

#### Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

##### *Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.*

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.

Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

### ***Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.***

Основные положения Конституции Российской Федерации, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности», положения Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, в которых определены нормативно-правовые основы борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

### ***Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.***

Национальный антитеррористический комитет (НАК), его предназначение, структура и задачи.

Контртеррористическая операция и условия её проведения. Правовой режим контртеррористической операции.

Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму.

Применение Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны.

### ***Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.***

Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Роль культуры безопасности жизнедеятельности по формированию антитеррористического поведения и антитеррористического мышления.

### ***Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.***

Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за участие в террористической деятельности. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» об ответственности за осуществление экстремистской деятельности. Уголовный кодекс Российской Федерации об уголовной ответственности за экстремистскую деятельность.

### ***Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.***

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

#### ***Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.***

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Основные требования, предъявляемые к

здоровью гражданина при поступлении его на военную службу. Духовные и физические качества человека, способствующие успешному выполнению обязанностей в профессиональной деятельности.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

### ***Здоровый образ жизни и его составляющие.***

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление его здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека, профилактика утомления.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки на уровне потребности к систематическим занятиям физической культурой.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя – разновидности наркомании. Наркомания – это практически неизлечимое заболевание, связанное с зависимостью от употребления наркотиков. Профилактика наркомании.

Правила личной гигиены. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

### ***Нравственность и здоровье.***

Формирование правильных взаимоотношений полов. Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Качества, необходимые для создания прочной семьи.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), пути их передачи, причины, способствующие заражению. Меры профилактики.

ВИЧ-инфекция и СПИД, основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

## **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

### ***Первая помощь при неотложных состояниях.***

Сердечная недостаточность и причины её возникновения. Общие правила оказания первой помощи при острой сердечной недостаточности. Инсульт, причины его возникновения, признаки возникновения. Первая помощь при инсульте.

Первая помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой при ранениях. Понятия об асептике и антисептике.

Основные правила оказания первой помощи.

Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.

Первая помощь при травме в области таза, при повреждениях позвоночника, спины.

Первая помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.

### **Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.**

#### **Раздел 6. Основы обороны государства**

##### ***Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.***

Гражданская оборона - как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные виды и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Правила использования средств индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения (ООУ). Обязанности учащихся.

##### ***Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.***

История создания Вооруженных Сил России.

Памяти поколений – дни воинской славы России, дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

##### ***Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.***

Сухопутные войска (СВ), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Сухопутных войск.

Военно-воздушные силы (ВВС), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение, вооружение и военная техника Военно-морского флота.

Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение, вооружение и военная техника Ракетных войск стратегического назначения.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.

Космические войска, их состав и предназначение.

Войска воздушно-космической обороны России.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации.

### ***Боевые традиции Вооруженных Сил России.***

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

***Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства.***

Основные задачи современных Вооруженных Сил.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

### ***Символы воинской части.***

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающие на предназначение воинской части и её принадлежность.

Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

### ***Воинская обязанность.***

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт. Обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Организация воинского учета, основное назначение воинского учета.

Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.

Обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.

Обязательная подготовка граждан к военной службе, периоды обязательной подготовки к военной службе и их основные особенности.

Требования к индивидуальным качествам военнослужащих – специалистов по сходным воинским должностям.

Подготовка граждан по военно-учётным специальностям, её предназначения и порядок осуществления.

Добровольная подготовка граждан к военной службе, основные её направления.

Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Основное предназначение освидетельствования и порядок его проведения.

Профессиональный психологический отбор, его предназначение и критерии определения профессиональной пригодности призывника к воинской службе.

Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе, предназначение запаса в зависимости от возраста граждан.

## Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов
М	<b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».</b>	12
	<b>Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».</b>	3
	<b>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</b>	2
	<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.</b>	7
М	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	8
	<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b>	4
	<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.</b>	4
М	<b>Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства.</b>	15
	<b>Раздел 6. Основы обороны государства</b>	15
	<b>Всего часов</b>	<b>35</b>



## Календарно-тематическое планирование ОБЖ 10 класс (2019/2020уч.год)

№	Тема занятия	Кол-вочас	Дата/план	Дата/факт
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	1	2.09	
2	Практическая подготовка к автономному пребыванию человека в природной среде.(пр.№1)	1	9.09	
3	ЧС природного характера. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности(пр.№2)	1	16.09	
4	ЧС техногенного характера. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности(пр.№3)	1	23.09	
5	Военные угрозы национальной безопасности России.	1	30.09	
6	Характер современных войн и вооруженных конфликтов	1	7.10	
7	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС	1	14.10	
8	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи	1	21.10	
9	Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления действия террористической и экстремистской деятельности	1	28.10	
10	Положения Конституции РФ и других нормативных актов по противодействию экстремизму и терроризму. Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.	1	11.11	
11	Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность.	1	18.11	
12	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта(пр.№4)	1	25.11	
13	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки молодёжи к военной службе и трудовой деятельности.	1	2.12	
14	Основные инфекционные заболевания.	1	9.12	
15	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1	16.12	
16	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек (Пр. №5)	1	23.12	
17	Промежуточный тест за 1 полугодие.	1	13.01	
18	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	1	20.01	
19	Основные виды оружия и их поражающие факторы	1	27.01	
20	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени.	1	3.02	
21	Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени.	1	10.02	

22	Средства индивидуальной защиты (Пр. работа №6)	1	17.02	
23	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1	24.02	
24	Организация ГО в общеобразовательном учреждении. Практическая работа №7	1	2.03	
25	История создания Вооруженных Сил РФ.	1	9.03	
26	Памяти поколений – дни воинской славы	1	16.03	
27	Состав В С РФ. Руководство и управление ВС РФ	1	6.04	
28	Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ	1	13.04	
29	Космические войска, их состав и предназначение.	1	20.04	
30	Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ.	1	27.04	
31	Ракетные войска стратегического назначения. Вооружение и военная техника РВСН.	1	4.05	
32	Военно-воздушные силы (ВВС), ВДВ, их состав и предназначение.	1	11.05	
33	Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ .Виды и рода войск ВС РФ	1	18.05	
34	Боевые традиции ВС РФ. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.	1	25.05	
35	<b>Обобщающее повторение за курс 10 класса.</b> Дружба и войсковое товарищество- основа боевой готовности частей и подразделений	1	29.05	