

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №2» г. Зарайск Московской области



Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности  
(уровень программы – базовый)  
10 «А» класс

Составитель: Егорова Е.Н..  
учитель основ безопасности жизнедеятельности  
высшей квалификационной категории

2018-2019 учебный год

### Пояснительная записка

Программа по основам жизнедеятельности разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой среднего общего образования МБОУ «Гимназия №2» г.Зарайска Московской области.

В соответствии с годовым календарным графиком МБОУ «Гимназия №2» в 10 «А» классе на изучение предмета ОБЖ отведено 35 недель (+40 часов практических занятий на базе воинской части с юношами во внеурочное время), 1 час в неделю, 35 часов в год.

Количество часов – 35(1 час в неделю) + 40 часов

Содержание авторской программы А.Т.Смирнова реализуется в полном объеме.

В программу включена тема «Правилам дорожного движения», изучение которой необходимо для профилактики детского дорожно-транспортного травматизма, в рабочую программу за счет интенсификации обучения в количестве 3 часов внесены темы:

№ п/п	Темы по изучению ПДД	Интегрируются с уроком
1.	Организация дорожного движения. Правила нахождения на железнодорожном транспорте и безопасное поведение вблизи дорог во время движения.	Правила поведения в криминогенных ситуациях.
2.	Водитель – главная фигура в обеспечении безопасности дорожного движения.	Уголовная ответственность несовершеннолетних.
3.	Дорожная разметка.	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней (полной) общеобразовательной школе направлен на достижение следующих задач:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

**воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

#### Изучение тематики данной учебной программы направлено достижение следующих целей:

усвоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления

на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся следующих умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

- **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

- **«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

- Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.
- В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классе
- **учащийся должен знать:**
- – об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера,
- – о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства,
- – о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени,
- – об угрозе национальной безопасности России терроризма и экстремизма,
- – об организационных основах борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации,
- – об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций и 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;
- – основных положений Конституции Российской Федерации, федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года,
- – нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих меры противодействия терроризму;
- – порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях;
- • усвоение учащимися знаний:
- – о предназначении, основных функциях и задачах Вооружённых Сил Российской Федерации,
- – о видах Вооружённых Сил Российской Федерации и родах войск,

- – о руководстве и управлении Вооружёнными Силами Российской Федерации,
- – об участии Вооружённых Сил Российской Федерации в контртеррористических операциях,
- – о государственных и военных символах 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 внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей 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;
  - – умений противостоять проявлениям терроризма и экстремизма;
  - – потребности в соблюдении норм здорового образа жизни,
  - – 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 вооружённой защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооружённых Силах Российской Федерации или других войсках.
- **учащийся должен уметь:**
  - • самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
  - • использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
  - • анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
  - • вносить определённые коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищённости своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
  - • формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
  - • формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
  - • формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
  - • формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооружённой защите Российской Федерации;
  - • формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**
  - • выработки потребности в соблюдении норм ЗОЖ, невосприимчивости к вредным привычкам;
  - • обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;

- • соблюдения мер предосторожности на улицах, дорогах и правил безопасного поведения в общественном транспорте;
- • безопасного пользования бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- • проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- • оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях;
- • обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.
- Учебным планом школы на изучение курса в 10 классе отводится 34 учебных часа (из расчета 1 час в неделю) и проведение учебных сборов (35 ч), в течение которых учащиеся закрепляют и совершенствуют знания и умения по основам военной подготовки (строевая, огневая и тактическая подготовка), а также знакомятся с бытом военнослужащих. В 11 классе – 34 учебных часа (из расчета 1 час в неделю).

Рабочая программа обеспечивает получение обучающимися знаний, умений и навыков, предусмотренных авторской программой.

Количество контрольных работ – 2, практических занятий – 40 час.на базе в/ч с юношами во внеурочное время.

### Основное содержание 10 класс

№ урока, модуля	Наименование модуля, темы	Количество часов
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>	<b>13</b>
1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	6
2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
<b>II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>9</b>
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	3
4	Основы здорового образа жизни	7
<b>III</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>12</b>
5	Вооружённые Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	6
6.	Боевые традиции Вооружённых Сил России	3
7.	Символы воинской чести	2
3	Итоговое задание	1
8.	Учебные военные сборы	40
	<b>Всего часов</b>	<b>35+40</b>

### Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Наименование модуля, раздела, темы	Планируемые сроки проведения	Проведение по факту
	<b>Безопасность и защита человека в опасных и</b>		

	<b>чрезвычайных ситуациях</b>		
1.	Правила поведения в условиях вынужденной автономии.	03 - 08.09	
2.	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Организация дорожного движения. Правила нахождения на железнодорожном транспорте и безопасное поведение вблизи дорог во время движения.	10-14.09	
3.	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Водитель - главная фигура в обеспечении безопасности дорожного движения.	17-21.09	
4.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <b>Входная диагностическая работа</b>	24-28.09	
5.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.	01-05.10	
6.	Законы и другие нормативно – правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Дорожная разметка.	08--12.10	
7.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	15-19.10	
8.	Современные средства поражения, их подразделяющие факторы, мероприятия по защите населения.	22-26.10	
9.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	29.10 -02.11	
10.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	14 -16.11	
11.	Средства индивидуальной защиты	19 - 23.11	
12.	Организация проведения аварийно – спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	26 -30.11.	
13.	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	03 -07.12.	
	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		
14.	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	10.-14.12	
15	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	17-21.12	
16	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	24-28.12	
17	Здоровый образ жизни и его составляющие.	14-18.01	
18	Здоровый образ жизни и его составляющие	21-25.01	
19	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	28-01.02	
20	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	04-08.02	
21	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	11-15-02	
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	18-22.02	

<b>Основы военной службы</b>			
23	История создания Вооружённых сил Российской Федерации	25-01.03	
24	История создания Вооружённых сил Российской Федерации	04-08.03	
25	Организация структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, рода войск. История их создания и предназначение	11-15.03	
26	Организация структура Вооружённых Сил. Виды Вооружённых Сил, рода войск. История их создания и предназначение	18-22.03	
27	Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооружённых Сил.	01-05.04	
28	Другие войска, их состав и предназначение	08-12.04	
29	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	15-19.04	
30	Памяти поколений –дни воинской славы России	22-26.04	
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>22-26.04</b>	
31	Дружба, воинское товарищество –основа боевой готовности частей и подразделений	29-03.05	
33	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.	06-10.05	
34	Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	13-17.05	
35.	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.	20-24.05	
	Основы военной службы (практические занятия на базе в. части внеурочное время		

### **Учебно-методический комплекс**

#### Нормативные и программные документы:

Программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 классы . Под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М., «Просвещение», 2006 г.

#### Учебник:

Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников – М., Просвещение, 2014г.

#### Дополнительная литература:

Методическое пособие для учителя. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 классы. Поурочные разработки. М. Просвещение, 2010 г.).

ОБЖ. Пособие для учителя по учебнику А.Т.Смирнова 10 кл..изд.Учитель 2007

Пособие для учителя. ОБЖ. Организация учебных сборов. 10 класс. Под ред. Смирнова А.Т., М., Просвещение, 2010.

Действия в случае возникновения чрезвычайных ситуаций для детей и подростков. Главное управление МЧС России по городу Москве

Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров , водителей. 5-9 классы А.Л.Рыбин, М.В.Маслов. «Просвещение»2008 г. Под редакцией А.Т.Смирнова.

Правила дорожного движения. 2014 год.

## Материально-техническое обеспечения образовательного процесса:

1. Мультимедийные средства (ПК, мультимедийный проектор).
2. Учебно-методическая литература.
3. Технические средства обучения, средства программного обучения и контроля знаний.
4. Макеты, муляжи, модели.
5. Стенды, плакаты.
6. Средства индивидуальной защиты.
7. Аудиовизуальные пособия.

<http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности школы

<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

<http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности. Сайт Баграмян Э.

<http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ. Сайт Разумова В.Н.

<http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности

<http://Obj.ru/>

Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций

<http://www.ampe.ru/web/guest/russian> Институт психологических проблем безопасности

<http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания

<http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности

<http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций

<http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь

<http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков

<http://www.rwd.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

<http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору

<http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии

<http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности

<http://www.znakcomplex.ru>

Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru>

Всероссийский форум «Здоровье нации — основа процветания России»

СОГЛАСОВАНО.

Протокол заседания НМК учителей физической культуры и ОБЖ

От.28.08.2018 №01.

Руководитель НМК \_\_\_\_\_ /Трухачёва Т.Ю. /

СОГЛАСОВАНО.

Зам. директора по УВР \_\_\_\_\_ /Климанова Е.А. /

Дата \_\_\_\_\_



***Цели и задачи курса***

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах направлено на достижение следующих ***целей***:

- **воспитание** у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- **развитие** духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

- **освоение** знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- **формирование** умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

### **Оценка знаний**

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. **Оценку «5»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. **Оценку «4»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. **Оценку «3»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. **Оценку «2»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов

