

**Министерство образования и науки Республики Бурятия**  
**Администрация г. Улан-Удэ**  
**Комитет по образованию**  
**МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 25»**

Рассмотрено на  
заседании МО

\_\_\_\_\_  
Протокол № \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

СОГЛАСОВАНО:  
заместитель  
директора по УВР

\_\_\_\_\_  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
директор школы

\_\_\_\_\_  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности.»

Уровень обучения базовый год обучения 1 для учащихся 10 класса

УМК Смирнов А.Т. Хренников Б.О. Латчук В.Н

Составитель - Фетисов Юрий Владимирович – учитель ОБЖ

Год разработки программы 2014 г.

г. Улан-Удэ

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Принятие нового государственного стандарта основного общего образования для 10 классов привело к изменению структуры школьного образования по ОБЖ. В настоящее время базовое образование по ОБЖ должно обеспечить выпускникам безопасную грамотность в условиях современного общества. Решить эту задачу можно на основе преемственного развития знаний в области основных законов по ОБЖ, теорий и идей, обеспечивающих фундамент для практической деятельности учащихся, формирования их научного и практического мировоззрения.

Рабочая программа по ОБЖ построена на основе:

Закона об образовании фундаментального ядра содержания основного общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом требований профессионального стандарта педагога.

Программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся.

### **Общая характеристика курса**

Программа курса «Основы безопасности и жизнедеятельности» для 10 класса, разработана в соответствии с требованиями Федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной охране», «О гражданской обороне» и Постановления Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года № 738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций».

Программа полностью реализует требования образовательного стандарта «Безопасность жизнедеятельности», который обеспечивает овладение учащимися минимума знаний в чрезвычайных ситуациях. Она включает все темы, предусмотренные программой учебного курса.

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения культуры безопасности жизнедеятельности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира. Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

В то же время предмет ОБЖ через собственную систему образовательных модулей реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной.

Структурно программа курса состоит из трех основных разделов: безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях, основы медицинских знаний, основы здорового образа жизни. Актуальность данной программы обусловлена тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России, а современную школу стали называть «школой болезней».

Изучение курса, позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

Рабочая программа разработана в соответствии с Базисным учебным планом для ступени основного общего образования. **ОБЖ в основной школе изучается в 10 классе -34 часа (1 час в неделю)** с использованием учебника «ОБЖ 10 класс» под редакцией профессора А.Т. Смиронов.

Деятельностный подход усиливается благодаря использованию тетради на печатной основе, разнообразным лабораторным, практическим работам и экскурсиям.

Программой предусмотрено изучение на уроках национально-регионального компонента – материала о местных наиболее типичных и интересных в ОБЖ, что позволит активизировать познавательную деятельность учащихся, способствовать организации их самостоятельной работы на уроках и во внеурочное время.

### **Цели и задачи предмета ОБЖ**

**Изучение тематики данной учебной программы направлено решение следующих целей:**

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

**Изучение тематики данной учебной программы направлено достижение следующих задач:**

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе

Логическим продолжением курса является внеурочная работа, которая включает в себя мероприятия направленные на формирование навыков безопасного поведения и навыков здорового образа жизни, проведение тренировочных эвакуаций по различным вводным.

**Методы и формы обучения:**

Для организации познавательной деятельности учащихся на уроках ОБЖ целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения. *Перцептивные (словесные, наглядные, практические):* рассказ, лекция, беседа, круглый стол, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.

*Логические: (индуктивные и дедуктивные)* логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситуации).

*Гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский.* (Реферат. Доклад. Проектное задание)

*Кибернетический: управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью.*

*Контроля и самоконтроля (устный, письменный).*

*Стимулирования и мотивации.*

*Самостоятельной учебной деятельности.*

*Фронтальная форма* обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний учениками.

*Групповая форма* обеспечивает учёт дифференцированных запросов учащихся.

*Индивидуальная работа* в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого ученика.

## **Формы организации образовательного процесса**

традиционные уроки (урок усвоения новых знаний, урок формирования умений и навыков, ключевых компетенций, урок обобщения и систематизации знаний, урок контроля и коррекции знаний);

уроки с игровой состязательной основой (игра, соревнование, турнир, эстафета и т.д.);

уроки – публичные формы общения (конференция, дискуссия, аукцион, ярмарка, телепередача, консилиум и т. д.);

уроки, имитирующие деятельность учреждений (суд, следствие, учёный совет, патентное бюро и т.д.);

уроки, опирающиеся на фантазию (урок-сказка, урок-вернисаж, спектакль, студия, салон и т.д.);

уроки на основе исследовательской деятельности (научная лаборатория, круглый стол, мозговая атака и т. д.);

уроки, предусматривающие трансформацию стандартных способов организации (смотр знаний, семинар, зачёт, собеседование, урок-консультация, урок-практикум, урок моделирования, урок-беседа и т. д.)

интегрированные уроки

лабораторные работы;

экскурсии;

мультимедийные и видеоэкскурсии.

## **Технологии, используемые в обучении**

Учитель приобретает новую роль – роль организатора самостоятельной познавательной, исследовательской, творческой деятельности учащихся. Он должен помочь им самостоятельно добывать нужные знания, критически осмысливать получаемую информацию и использовать её для решения жизненных проблем

Среди разнообразных направлений педагогических технологий на уроках ОБЖ в 10 классе используем:

технология объяснительно-иллюстративного обучения;

технология разноуровневого дифференцированного обучения;

технология проблемного обучения;

технология проектного обучения;

личностно-ориентированные технологии обучения;

игровые технологии;

информационные технологии обучения.

обучение в малых группах

### **Формы и виды контроля**

устный опрос в форме беседы;

тематическое тестирование, устные зачёты;

индивидуальный контроль (дифференцированные карточки-задания, тесты);

индивидуальные домашние задания (письменные и устные);

Контроль знаний – это выявление соответствия сформированного объема знаний учащимися, требованиям стандарта или программы, а также определения уровня владения умениями и навыками. Так как контроль носит в средней школе обучающий характер, его методы рассматриваются в тесной связи с другими методами обучения. Обучающее значение его выражено в том, что позволяет ученику корректировать свои знания и умения. Систематический контроль способствует развитию самостоятельности, формированию навыков самоконтроля.

Изучение состояния подготовки – неперемное условие совершенствования учебно-воспитательного процесса. Систематическая проверка воспитывает у учащихся ответственное отношение к учёбе, позволяет выявить индивидуальные особенности школьников и использовать дифференцированный подход к обучению. Она даёт более достоверную информацию о достижениях учащегося и в их пробелах, позволяет учителю управлять процессом обучения. Систематичная проверка знаний способствует выработке у учащихся установки на длительное запоминание, на восполнение пробелов в их подготовке, на повторение и включение ранее приобретённых знаний в новую систему.

В учебно-познавательном процессе обычно пользуются тремя видами контроля – текущим, промежуточным и итоговым.

Одним из методических приёмов, обеспечивающих успешное усвоение материала, является диктант.

Устный контроль (индивидуальный опрос, фронтальную контролирующую беседу) обычно применяют при текущей проверке, а иногда и при итоговом контроле тех или иных учебных вопросов (зачёт).

Практический способ контроля применяют для проверки овладения специальными практическими умениями.

Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос (собеседование) и периодически - письменный (самостоятельные работы или контрольное тестирование).

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), 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), практическая деятельность или их результат в целом 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), 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), 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 менее 44% от максимально возможного количества баллов.

## **Содержание курса**

### **Раздел 1.**

#### **Государственная система обеспечения безопасности населения (14часов.)**

##### **Основные положения Концепции национальной безопасности РФ. ( 4 часа.)**

Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.

Автономное пребывание человека в природной среде.

Уголовная ответственность несовершеннолетних.

##### **Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, ее структура и задачи.( 5 часа.)**

Основные виды деятельности госуд организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.

Гражданская оборона ,её предназначение и задачи по защите населения от опасностей при ведении военных действий.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения на территории военных действий

##### **Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. ( 5 часов. )**

Средства индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно -спасательных работ в зоне ЧС.

## **Раздел 2**

### **Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности (11 часов)**

**Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе . ( 2 часа .)**

Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

**ЗОЖ-основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. ( 9 часов.)**

Основные составляющие ЗОЖ.

Биологические ритмы, их влияние на работоспособность.

Биологические ритмы, их влияние на работоспособность.

Факторы , укрепляющие и разрушающие здоровье.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Правила и безопасность дорожного движения (пешехода велосипедиста, пассажира, водителя транспорта)

Значение двигательной активности и закаливания.

ПМП при тепловом и солнечном ударе.

## **Раздел 3**

### **Основы обороны государства и воинская обязанность (9 часов)**

**История создания Вооруженных сил России. ( 7 часов .)**

Вооруженные силы РФ – основа обороны государства Функции и основные задачи современных ВС РФ.

Организационная структура Вооруженных сил России.

Виды вооруженных сил. История их создания и предназначение.

Рода вооруженных сил, история их создания и предназначение.

**Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества ( 2 часа.)**

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

### **Требования к уровню подготовки учащихся**



В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классах

**Ученик должен знать:**

потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах.

**Ученик должен уметь:**

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

## **Результаты освоения курса ОБЖ**

## **Требования к результатам обучения**

Требования к результатам обучения основных образовательных программ структурируются по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают личностные, метапредметные и предметные результаты.

### **Личностные результаты обучения по ОБЖ:**

воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающегося к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию,

знание основных принципов и правил, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;

Сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, делать выводы);

формирование личностных представлений о целостности природы,

формирование толерантности и миролюбия;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах,

формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве с учителями, со сверстниками, старшими и младшими в процессе образованной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей,

формирование основ экологического сознания на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде и рационального природопользования;

---

### **Метапредметные результаты обучения по ОБЖ:**

учиться самостоятельно, определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;  
знакомство с составляющими исследовательской деятельности, включая умение видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;  
формирование умения работать с различными источниками информации: текст учебника, научно-популярной литературой, словарями справочниками, анализировать и оценивать информацию;  
владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений в учебной и познавательной деятельности;  
формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникативных технологий;  
формирование умений осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать различные точки зрения, аргументировать и отстаивать свою точку зрения.

**Предметными результатами обучения по ОБЖ в 10 классе являются:**

1. В познавательной (интеллектуальной) сфере:

классификация — определение Чрезвычайных ситуаций;

выделение существенных признаков ЧС и опасных объектов;

соблюдения мер профилактики заболеваний,

объяснение роли ОБЖ в практической деятельности людей; места и роли человека в природе; родства, общности происхождения и эволюции. Опасных для человека ситуаций;

умение делать выводы и умозаключения на основе сравнения;

овладение методами и способами безопасности:

2. В ценностно-ориентационной сфере:

знание основных правил поведения в природе и обществе;

анализ и оценка последствий деятельности человека в природе, влияния факторов риска на здоровье человека.

3. В сфере трудовой деятельности:

знание и соблюдение правил ОБЖ;

соблюдение правил работы с приборами и инструментами.

4. В сфере физической деятельности:

освоение приемов оказания первой помощи ;

5. В эстетической сфере:

овладение умением оценивать с эстетической точки зрения объекты живой природы.

**Учебно-тематическое планирование по ОБЖ в 10 классе.**

№ п/п	Раздел, тема	Кол. часов	Сроки проведения			Планируемые результаты			КИМ
			10а	10б	фактич.	знания	умения	ОУУН	
1	2	3	4	4		5	6	7	8
<b>Раздел 1.</b>									
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения (14часов.)</b>									
1	Основные положения Концепции национальной безопасности РФ.	1				Знать: об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них. Закон РФ «О безопасности» Цели и задачи курса ОБЖ.	Уметь применять полученные знания в повседневной жизни.	Обобщать свой жизненный опыт.	Ответы на вопросы
2.	Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.	1				Знать: Основные государственные службы по охране и обеспечению безопасности населения.( МЧС России, полиция, скорая помощь ).	Уметь применять полученные знания в повседневной жизни.	Действовать в ситуации выбора решительно и быстро.	Индив. опрос
3.	Автономное пребывание человека в природной среде.	1				Знать: Правила ориентирования на местности, движение по азимуту, обеспечение водой и питанием, оборудование временного жилища, сигналы бедствия.	Уметь: применять полученные знания в повседневной жизни	Решать практические задачи	Ответы на вопросы

4.	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1				Знать об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.	Уметь использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения	Выделять причинно-следственные связи	Ответы на вопросы
5.	ЧС природного, техногенного и социального характера.	1				Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания. Правила поведения в условиях ЧС.	Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	Решать ситуационные задачи.	Ответы на вопросы
6.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, ее структура и задачи.	1				Знать предназначение, структуру и задачи РСЧС.	Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Выполнять свои обязанности как гражданина	Ответы на вопросы
7.	Основные виды деятельности госуд. организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.	1				Знать основные направления деятельности. Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательн. работы, обучение населения.	Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Владеть навыками в области гражданской обороны	Ответы на вопросы
<u>Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны(7 часов)</u>									

8.	Гражданская оборона ,её предназначение и задачи по защите населения от опасностей при ведении военных действий.	1				Знать о предназначении гражданской обороны, ее структуре и задачах. Защита населения при ведении военных действий.	Использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	Систематизировать и обобщать полученные знания	Инд. опрос
9.	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1				Знать современные средства поражения и их поражающих факторах , меры безопасности от ядерного ,химического и биологического оружия.	Уметь предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Выполнять свои обязанности как гражданина	Ответы на вопросы
10.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения на территории военных действий.	1				Знать меры безопасности населения на территории военных действий при вооружённых конфликтах. Правила поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	Уметь действовать в чрезвычайных ситуациях по сигналу ГО мирного и военного времени. Использовать полученные знания в повседневной жизни.	Самостоятельно принимать решения	Группов опрос

11.	11.Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1				Знать виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях	Уметь действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты.	Действовать в ситуации выбора	Ответы на вопросы
12.	Средства индивидуальной защиты.	1				Знать основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.	Уметь владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно- марлевой повязкой, домашней мед.аптечкой).	Решать практические задачи	Практич занятие
13.	Организация проведения аварийно - спасательных работ в зоне ЧС.	1				Знать об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.	Использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности.	самооценка ситуации	Инд. опрос
14.	Контроль знаний	1							Тестирование

## Раздел 2

### Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности (11часов)

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний(2 часа)

15.	Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе .	1				Знать основные определения понятия «Здоровье» и факторы, влияющие на него.	Уметь применять на практике полученные знания .	Вести здоровый образ жизни	Инд. опрос
16.	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1				Знать основные принципы классификации инфекционных заболеваний. Пути заражения и их профилактики	Уметь пользоваться приобретенными новыми знаниями и умениями в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний.	Воспитывать разумную осторожность	Ответы на вопросы
<u>Основы здорового образа жизни( 9 часов)</u>									
17.	ЗОЖ-основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.	1				Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах влияющих на здоровье.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Использовать интернет-ресурсы	Тестирование
18.	Основные составляющие ЗОЖ.	1				Знать: основные составляющие ЗОЖ и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	Уметь пользоваться приобретенными знаниями в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Вести здоровый образ жизни	Инд. опрос
19.	Биологические ритмы, их влияние на работоспособность .	1				Знать :здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизни.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Самооценка своего здоровья	Ответы на вопросы



20.	Факторы , укрепляющие и разрушающие здоровье.	1				Знать , о факторах укрепляющих и разрушающих здоровье.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Вести здоровый образ жизни	Ответы на вопросы
21.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1				Знать влияние вредных привычек на здоровье человека.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	Вести здоровый образ жизни	Инд. опрос
22.	Правила и безопасность дорожного движения(пешехода велосипедиста, пассажира, водителя транспортного средства)	1				Знать правила безопасности дорожного движения пешехода, велосипедиста, пассажира, водителя транспортного средства.	Уметь оценивать опасные ситуации на дороге, прогнозировать последствия своего поведения в различных дорожных ситуациях	Выполнять требования правил дорожного движения.	Инд. опрос
23.	Значение двигательной активности и закаливания	1				Знать о значении занятий спортом, физкультурой и закаливания для здоровья человека	Уметь применять полученные знания на практике и в повседневной жизни	Самооценка своего образа жизни	Группов опрос
24.	ПМП при тепловом и солнечном ударе	1				Знать причины теплового и солнечного удара, избегать их по возможности.	Уметь находить пульс на руке и на шее человека, отслеживать реакцию зрачка на свет	Решать практические задачи	Практич занятие
25.	Контроль знаний	1							Тестирование

**Раздел3**  
**Основы обороны государства и воинская обязанность (9 часов)**

26.	История создания Вооруженных сил России.	1				Знать основные сведения об истории создания Вооруженных сил России.	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Воспитывать уважение к истории России	Инд. опрос
27.	История создания Вооруженных сил России.	1				Знать основные сведения об истории создания Вооруженных сил России. Создание советских ВС и ВС России.	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Воспитывать уважение к истории России	Инд. опрос
28	Вооруженные силы РФ – основа обороны государства Функции и основные задачи современных ВС РФ	1				Знать функции и основные задачи ВС. Иметь представление об управлении Вооруженными силами; о реформе Вооруженных сил.	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Развивать интерес к службе в ВС	Инд. опрос.
29.	Организационная структура Вооруженных сил России	1				Знать организационную структуру ВС РФ.	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Воспитывать стремление к службе в ВС	Инд. опрос
30.	Виды вооруженных сил. История их создания и предназначение	1				Знать состав и предназначение ВС РФ.	Уметь оценивать уровень своей подготовленности к военной службе.	Воспитывать чувство уважения к наследию своей страны	Ответы на вопросы

31	Рода вооруженных сил. История их создания и предназначение	1				Знать состав и предназначение ВС РФ.	Уметь оценивать уровень своей подготовленности к военной службе.	Воспитывать чувство уважения к наследию своей страны	Ответы на вопросы
32	Контроль знаний	1							Тестирование
<u>Боевые традиции Вооруженных Сил РФ( 2 часа)</u>									
33	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества	1				Знать о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	Использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Воспитывать патриотизм	семинар
34	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений.	1				Иметь представление о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений	Использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.	Воспитывать в себе качества, необходимые для военной службы	Инд. опрос

## Перечень учебно-методических средств обучения

### **Основная литература**

Школьный учебник для **10 класса** «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под общей редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2011,2012 г.).

### **Дополнительная литература**

УМК под редакцией А.Т. Смирнова **дополняют** методические и справочные издания издательства «Просвещение»:

**Смирнов А.Т., Хренников Б.О.** и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.

Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Поурочные **Смирнов А.Т., Хренников Б.О.** разработки. Пособие для учителей и методистов.

**Дурнев Р.А.** Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.

**Евлахов В.М.** Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 272 с. - (Библиотека учителя).

**Евлахов В.М.** Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с. «Безопасность дорожного движения» для основной школы (под общей редакцией **Смирнова А.Т.**), который дополняет учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Латчук В.Н.** Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 классы: Учебно-методическое пособие. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2006. - 76 с. - (библиотека учителя).

**Латчук В.Н.** Правильные ответы на вопросы учебника С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс». - М.: Дрофа, 2007. - 170 с. - (Готовые домашние задания).

**Латчук В.Н.** Правильные ответы на вопросы учебника С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс». - М.: Дрофа, 2007. - 160 с. - (Готовые домашние задания).

**Легкобытов А.В.** Основы психологической безопасности личности. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 158 с. - (Библиотека учителя).

**Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебник для студентов вузов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд. центр «Академия», 2006. - 336 с.

**Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - 4-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 336 с. - (Высшее профессиональное образование).

УМК «Безопасность дорожного движения»:

**Рыбин А.Л., Маслов М.В.** Под ред. Смирнова А.Т. Обучение правилам дорожного движения. Методическое пособие. 5-9 кл.

**Рыбин А.Л., Маслов М.В.** Под ред. Смирнова А.Т. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений.

**Рыбин А.Л., Хренников Б.О., Маслов М.В.** Безопасность дорожного движения. 5-9 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся. В 2 частях. Часть первая. (12 плакатов). Часть вторая. (12 плакатов).

Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности/Сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2008.

Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». А.А. Михайлов. 5 – 9 кл. – М.: Дрофа, 2009.

Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5 – 11 кл.: учебно-методическое пособие/ В.Н. Латчук, С.К. Миронов. - М.: Дрофа, 2009.

Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы/ В.А. Акимов, Р.А. Дурнев, С.К. Миронов.- М.: Дрофа, 2008.-285.

**Соловьев С.С.** Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-методическое пособие / С.С. Соловьев. 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2006.

Справочник классного руководителя: внеклассная работа в школе по изучению Правил дорожного движения / авт.-сост. В.Е. Амелина. – М.: Глобус, 2006.

### **Оборудование и приборы**

1. Плакат «Действия при техногенных авариях».
2. Плакат «Средства и способы защиты в зоне поражения».
3. Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».
4. Фильтрующие противогазы ГП-5, респираторы Р-2, ватно-марлевые повязки.
5. Аптечка первой медицинской помощи.
6. Персональный компьютер.
7. Мультимедийный проектор, настенный экран.

## Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Академия повышения квалификации работников образования	<a href="http://www.apkro.ru">http://www.apkro.ru</a>
Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>
Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>
Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дом «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»	<a href="http://festival.1september.ru">http://festival.1september.ru</a>

(издательский дом «1 сентября»)	
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net">http://www.opasno.net</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redu7.ru">http://personal-safety.redu7.ru</a>
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru">http://www.alleng.ru</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru">http://www.econavt-catalog.ru</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности	<a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>

## Календарно-тематическое планирование

### Государственная система обеспечения безопасности населения (14часов.)

№ п/п	Тема урока	Домашнее задание	Дата проведения урока
Урок 1	Основные положения Концепции национальной безопасности РФ.	§1.1	
Урок 2	Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.	§1.2	
Урок 3	Автономное пребывание человека в природной среде.	§1.3	
Урок 4	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	§2.1	
Урок 5	ЧС природного , техногенного и социального характера	§2.2	
Урок 6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, ее структура и задачи	§2.3	
Урок 7	Основные виды деятельности госуд. организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.	§3.1	
Урок 8	Гражданская оборона ,её предназначение и задачи по защите населения от опаснос -тей при ведении военных действий.	§3.2	
Урок 9	Современные средства поражения, их	3.3	



	поражающие факторы, мероприятия по защите населения		
Урок 10	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения на территории военных действий.	§3.4	
Урок 11	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	§3.5	
Урок 12	Средства индивидуальной защиты.	§3.6	
Урок 13	Организация проведения аварийно - спасательных работ в зоне ЧС.	§3.7	
Урок 14	Контроль знаний	Гл. 1.2.3.	

### **Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности (11 часов)**

Урок 15	Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе	§4.6	
Урок 16	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	4.2	
Урок 17	ЗОЖ основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности	§4.3	
Урок 18	Основные составляющие ЗОЖ.	§4.4	
Урок 19	Биологические ритмы, их влияние на работоспособность	§4.5	

Урок 20	Факторы , укрепляющие и разрушающие здоровье	§4.6	
Урок 21	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	§5.1	
Урок 22	Правила и безопасность дорожного движения(пешехода велосипедиста, пассажира, водителя транспорта)	§5.2	
Урок 23	Значение двигательной активности и закаливания	5.3	
Урок 24	ПМП при тепловом и солнечном ударе	§5.4	
Урок 25	Контроль знаний	Гл.4.5.	

### **Основы обороны государства и воинская обязанность (9 часов)**

Урок 26	История создания Вооруженных сил России	§5.1	
Урок 27	История создания Вооруженных сил России	§5.2	
Урок 28	Вооруженные силы РФ – основа обороны государства Функции и основные задачи современных ВС РФ	§5.3	
Урок 29	Организационная структура Вооруженных сил России	§5.4	
Урок 30	Виды вооруженных сил. История их создания и предназначение	§5.5	
Урок 31	Рода вооруженных сил. История их создания и предназначение	5.6	

---

Урок 32	Контроль знаний	Гл.5	
Урок 33	Патриотизм и верность воинскому долгу- качества защитника Отечества	5.7	
Урок 34	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений	5.8	

Преподаватель ОБЖ Фетисов Ю.В.