

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 357
с углубленным изучением физической культуры
Приморского района Санкт-Петербурга
«Олимпийские надежды»**

Рекомендована к использованию
решением Педагогического совета
ГБОУ школа-интернат № 357
«Олимпийские надежды»
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 30.08.2018 №1

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР ГБОУ
школа-интернат № 357 «Олимпийские надежды»
Приморского района Санкт-Петербурга
Дата 30.08.2018

«Утверждаю»
Директор ГБОУ школа-интернат № 357
«Олимпийские надежды»
Приморского района Санкт-Петербурга
Приказ от 30.08.2018 №141/24

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам безопасности жизнедеятельности
10 класс**

Срок реализации программы: 2018-2019 год

Уровень: *профильный*
Количество часов в год – 68 (в неделю - 2)
Составитель: Токарев В.Ю.

**Санкт-Петербург
2018 г**

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования »;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Письмом Департамента общего образования Минобрнауки РФ от 19 апреля 2011 №03-255 «О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
- Уставом ГБОУ школа-интернат №357 «Олимпийские надежды» Приморского района Санкт-Петербурга.
- Основной образовательной программой основного общего образования на 2018-2019 учебный год ГБОУ школа-интернат №357 «Олимпийские надежды» Приморского района Санкт-Петербурга;
- Положением о рабочей программе ГБОУ школа-интернат №357 «Олимпийские надежды» Приморского района Санкт-Петербурга;
- Учебным планом школа-интернат на 2018-2019 учебный год ГБОУ №357 «Олимпийские надежды» Приморского района Санкт-Петербурга;
- Авторской программой по основам безопасности жизнедеятельности к предметной линии учебников В.Н.Латчука, В.В.Маркова, С.К.Миронова и др., 10-11 классы (авторы В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А.Ульянова – М.: Дрофа, 2013. – 93 с.)

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих **целей**:

□ **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом

образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; о воинской обязанности и военной службе;

□ **воспитание** у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;

□ **формирование** у обучающихся гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, в том числе культуры безопасности жизнедеятельности, самостоятельности, инициативности, способности к успешной социализации в обществе;

□ **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

□ **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую помощь пострадавшим и самопомощь.

Эти цели соответствуют современным потребностям личности, общества и государства и должны быть успешно реализованы в процессе обучения и воспитания подрастающего поколения.

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на период до 2010 года на старшей ступени общеобразовательной школы предусматривается профильное обучение, цель которого - повысить качество общего образования, обеспечить глубокую и специализированную подготовку учащихся с учетом их индивидуальных склонностей и способностей.

Профильное обучение - один из ведущих процессов, определяющих сегодня развитие отечественной системы образования. По своим целевым установкам и предметному содержанию профильное обучение занимает промежуточное положение между средним общим образованием и профессиональным образованием, обеспечивая функциональную взаимосвязь и преемственность между ними.

Профильное обучение – это средство дифференциации и индивидуализации обучения, позволяющее за счет изменений в структуре, содержании и организации образовательного процесса более полно учитывать интересы, склонности и способности учащихся, создавать условия для обучения старшеклассников в соответствии с их профессиональными интересами и намерениями в отношении продолжения образования.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал школы-интерната, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития обучающихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций воспитанников школы-интерната.

Общая характеристика курса.

В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности», как ни в каком другом предмете, представлены в единстве все функции процесса обучения: образовательная, развивающая и воспитательная. Эти функции тесно взаимосвязаны и взаимозависимы.

Образовательная функция предполагает усвоение обучаемыми определенного объема общенаучных и специальных знаний и формирование на их основе различных умений и навыков.

Развивающая функция обеспечивает, помимо формирования знаний, умений и навыков, общее интеллектуальное развитие обучающихся, становление их познавательных качеств и творческой активности.

Воспитательная функция формирует волевые, эстетические, нравственные, патриотические и другие качества, диалектическое мировоззрение и как результат – всесторонне и гармонично развитую личность.

В курс включен раздел «Основы военной службы», при изучении которого обучающиеся не только теоретически знакомятся с военной службой и воинской обязанностью, но и принимают участие в практических занятиях по строевой, огневой и медицинской подготовке.

На занятиях обучающиеся получают систематизированное представление о возможных опасностях, учатся их прогнозировать и вырабатывать безопасный алгоритм действий в конкретных условиях обстановки, получают навыки оказания первой помощи, транспортировки пострадавших, элементарных приемов самозащиты и выживания в природных условиях.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» решает и еще одну немаловажную задачу – он нацелен на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек: наркомании, токсикомании, алкоголизма, курения, знакомит обучающихся с основами репродуктивного здоровья.

Курс является своеобразной базой для проведения целого ряда внешкольных и внеклассных мероприятий. Это прежде всего Всероссийская олимпиада школьников по основам безопасности жизнедеятельности и Всероссийское детско-юношеское движение «Школа безопасности»

Структурно курс представлен **тремя разделами:**

- безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- основы военной службы.

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897

Место курса в учебном плане

Учебная дисциплина (курс) «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» как начальная стадия формирования общих представлений и понятий в области безопасности жизнедеятельности представляет собой неотъемлемую часть образовательной области «Безопасность жизнедеятельности». Курс ОБЖ имеет своей целью формирование у обучающихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека, о выработке у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих и приобретению способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях, адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учетом своих возможностей.

В соответствии с учебным планом школы-интерната № 357 «Олимпийские надежды» на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе отводится 2 часа в неделю (1 час за счет федерального компонента и 1 час за счет регионального компонента), всего 68 часов в год.

Кроме того, по окончании 10 класса во внеурочное время проводятся учебные сборы (практические занятия) по основам военной службы. Продолжительность этих сборов – 5 дней (35 часов). Сборы, как правило, проводятся в мае – июне на базе воинских

частей, а там, где нет воинских частей – при образовательных учреждениях, военно-патриотических молодежных и детских общественных объединениях, оборонно-спортивных оздоровительных лагерях.

В ходе сборов обучающиеся изучают размещение и быт военнослужащих, организацию караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и медицинской подготовки, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. Во время сборов проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации.

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы и самостоятельные работы.

Основное содержание учебного курса

| <i>№</i> | <i>Тема, раздел</i> | <i>Кол-во часов</i> |
|----------|---|---------------------|
| 1 | Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях | 34 |
| 2 | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 10 |
| 3 | Основы военной службы | 18 |
| 4 | Повторение, закрепление | 6 |
| | <i>Итого:</i> | 68 |

Содержание курса

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (34 часа)

Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования (6 часов)

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие. Основные причины вынужденного автономного существования. Понятие о выживании и автономном существовании. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств.

Практическое занятие: Наложение повязок на руку и ногу. Отработка практических навыков наложения повязок на руку и ногу. Техника завязывания узла.

Практическое занятие: Первая помощь при переломах, перенос и эвакуация пострадавших. Правила оказания первой помощи пострадавшим при переломах.

Отработка практических навыков наложения шин. Перенос пострадавших и их эвакуация.

Автономное существование человека в условиях природной среды. Основные способы ориентирования. Ориентирование на местности: по компасу, по небесным светилам; по растениям и животным; по местным признакам. Метод движения по азимуту.

Автономное существование человека в условиях природной среды. Оборудование места временного пребывания. Оборудование временного жилища. Добыча огня. Обеспечение питанием и водой.

Практическое занятие: Решение ситуационных задач №№ 106-113.

Иметь представление: о специфике выживания в условиях автономного существования и оказании первой помощи пострадавшим.

Уметь: ориентироваться на местности, накладывать элементарные повязки на поврежденные конечности.

Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера (6 часов)

Безопасное поведение на улице, в общественных местах, на массовом мероприятии.

Правила безопасного поведения на улице, в общественных местах, на массовых мероприятиях (дискоотеках, спортивных состязаниях, в театре и т.д.)

Знать: правила поведения в незнакомых местах и в условиях большого скопления людей.
Использовать: приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.

Безопасное поведение в транспорте. Правила безопасного поведения в общественном, железнодорожном и авиатранспорте.

Знать: правила поведения в криминогенных ситуациях.

Использовать: приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.

Безопасное поведение в подъезде и лифте. Необходимая оборона.

Правила безопасного поведения в подъезде дома, в лифте. Ст. 37 УК РФ «Необходимая оборона».

Знать: правила поведения в криминогенных ситуациях.

Использовать: приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.

Практические занятия: Решение ситуационных задач криминогенного характера (3 часа).

Практические занятия. Решение ситуационных задач на поведение людей в криминогенных ситуациях.

Уголовная ответственность несовершеннолетних (2 часа)

Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних.

Понятие преступления. Преступления небольшой, средней тяжести, тяжкие и особо тяжкие. Виды наказаний за различные преступления.

Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств, за хулиганство и вандализм. Ст. 267 УК РФ. Угон автомобиля. Ст. 213 УК РФ, 214 УК РФ, 244 УК РФ.

Иметь представление: об ответственности несовершеннолетних за уголовные преступления.

Знать: основные виды наказания за наиболее часто встречающиеся уголовные преступления.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа)

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Понятие опасного природного явления, их примеры. Влияние опасных природных явлений на жизнедеятельность людей. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации, наиболее вероятные для города, района. Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация ЧС техногенного характера по масштабам распространения. Понятие об аварии и катастрофе. Основные типы ЧС техногенного характера.

Знать: о потенциальных опасностях природного происхождения, характерных для региона проживания, правила поведения при угрозе ЧС техногенного происхождения.

Использовать: приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Практическое занятие: Решение ситуационных задач №№ 114-124.

Знать: правила поведения при угрозе ЧС природного и техногенного происхождения.

Использовать: приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Законодательные и нормативные акты РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства (2 часа).

Законодательные и нормативные акты РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. Законы РФ и нормативные акты, права и обязанности граждан РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.

Знать: нормативную базу.

Иметь представление: о содержании законов и нормативных актов.

Повторение пройденного материала. Итоговый тест по изученному материалу за сентябрь и октябрь.

Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время (2 часа). Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления. ГО, история ее создания. Предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ. Структура и органы управления ГО. Организация управления ГО. Структура и органы управления по делам ГО и ЧС в ОУ.

Знать: о предназначении ГО, ее структуре и задачах.

Использовать: полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности.

Организация защиты учащихся образовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Задачи ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС. Примерное содержание планов действий по предупреждению и ликвидации ЧС мирное время. Особенности плана ГО ОУ. Обязанности учащихся в области ГО.

Знать: о задачах ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС.

Владеть навыками: практического применения знаний при планировании мероприятий ГО.

Современные средства поражения и их поражающие факторы (7 часов)

Ядерное оружие и его боевые свойства. Понятие о ядерном оружии. Классификация ядерных взрывов.

Поражающие факторы ядерного взрыва и защита от них. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс, их характеристика и защита от них..

Знать: о ядерном оружии и его поражающих факторах.

Иметь представление: об основных мероприятиях, проводимых по защите населения от ядерного оружия.

Химическое оружие. Понятие о химическом оружии. Признаки поражения химическим оружием. Понятие об ОВ и пути его проникновения в организм человека. Классификация ОВ по действию на организм человека и их характеристика. Классификация ОВ по их тактическому назначению в зависимости от характера поражающего действия.

Иметь представление: о химическом оружии и его поражающих факторах.

Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии. Поражающие факторы бактериологического оружия. Классификация болезнетворных микробов и их характеристика. Способы применения бактериологического оружия. Признаки применения бактериологического (биологического) оружия.

Иметь представление: о биологическом оружии и его поражающих факторах.

Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

Современные обычные средства поражения. Понятие о современных обычных средствах поражения. Классификация современных обычных средств поражения. Осколочные боеприпасы и их предназначение. Фугасные боеприпасы и их предназначение. Кумулятивные боеприпасы и их предназначение. Бетнобойные боеприпасы и их предназначение. Боеприпасы объемного взрыва и их предназначение. Зажигательные боеприпасы, их предназначение и классификация. Высокоточное оружие. РУК и их предназначение. Управляемые авиационные бомбы и их предназначение.

Иметь представление: об обычных средствах поражения и его поражающих факторах.

Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

Новые виды вооружения Российской Федерации. Новые виды вооружения Российской Федерации. Гиперзвуковые ракеты. Ракеты-торпеды. Сверхскоростные торпеды.

Иметь представление: о новых видах вооружения РФ и их преимуществах.

Практическое занятие: Изготовка для стрельбы, сидя за столом. Выбор правильного положения стрелка. Прицеливание, нажатие на спусковой крючок и особенности дыхания при стрельбе.

Знать: особенности дыхания при прицеливании и нажатии на спусковой крючок.

Уметь: правильно изготовиться к стрельбе, правильно прицеливаться и производить нажатие на спусковой крючок.

Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время (7 часов)

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Знать: способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.

Уметь: действовать в чрезвычайных ситуациях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Знать: виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях.

Уметь: действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты.

Средства индивидуальной защиты населения. Средства защиты кожи и органов дыхания. Средства защиты кожи, их назначение и правила пользования. Классификация средств защиты кожи. Правила использования простейших средств защиты кожи. Классификация средств органов дыхания. Комплекты индивидуальной защиты. Принцип работы фильтрующих противогазов. Устройство и назначение узлов и деталей гражданского противогаза ГП-7 (ГП-7В).

Знать: основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

Владеть навыками: пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой).

Средства индивидуальной защиты населения. Медицинские средства защиты. Назначение и устройство АИ-2. Назначение и использование ИПП-8 - ИПП-11.

Знать: основные средства индивидуальной защиты

Владеть навыками: пользования средствами индивидуальной защиты

Повторение пройденного материала.

Практическое занятие: Тренировка в стрельбе без пуль. Удержание винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

Владеть навыками: действий с оружием на подготовительном этапе выполнения стрелкового упражнения.

Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Понятие об аварийно-спасательных и неотложных работах. Основные виды и обеспечения аварийно-спасательных работ, их содержание и характеристика. Понятие о санитарной обработке населения. Частичная и полная санитарная обработка и правила ее поведения.

Знать: содержание и порядок проведения аварийно-спасательных и неотложных работ.

Владеть навыками: проведения частичной и полной санитарной обработки.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)

Основные инфекционные заболевания и их профилактика (3 часа).

Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Основные инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний. Пути передачи инфекции. Внешние признаки инфекционного заболевания. Инкубационный период. Иммунитет. Гепатит. Пищевые токсикоинфекции. Грипп. Способы передачи инфекции. Симптомы. Осложнения. Методы лечения.

Дифтерия. Краснуха. Скарлатина. Свинка. Способы передачи инфекции. Симптомы. Осложнения. Методы лечения.

Иметь представление: об основных симптомах инфекционных заболеваний и способах их лечения.

Значение двигательной активности для здоровья человека (7 часов).

Значение двигательной активности для здоровья человека. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания, необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

Знать: о факторах, способствующих укреплению здоровья.

Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.

Формула здоровья. Факторы, укрепляющие здоровье. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни.

Знать: основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, укрепляющие здоровье.

Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.

Формула здоровья. Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков) и их социальные последствия. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Знать: о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках.

Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.

Первая помощь: реанимационные мероприятия. Признаки жизни и смерти. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Прекордиальный удар.

Практическое занятие: Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.

Практическое занятие: Остановка кровотечения.

Знать: признаки жизни и смерти.

Уметь применить: технику проведения реанимационных мероприятий.

Разминка. Ошибки, влияющие на результат и здоровье. Разминка. Заминка. Правильность выполнения упражнений. Ошибки, влияющие на результат и здоровье.

Знать: технику правильного проведения разминки и заминки.

Раздел 3. Основы военной службы (18 часов)

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (8 часов)

История создания Вооруженных Сил России ч. 1. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

История создания Вооруженных Сил России ч. 2. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Иметь представление: об истории создания Вооруженных Сил России, о реформе Вооруженных Сил.

Уметь: осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.

Организационная структура Вооруженных Сил. Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Организационная структура Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание. Виды Вооруженных Сил РФ.

Знать: состав и предназначение ВС РФ.

Владеть навыками: осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.

Виды Вооруженных Сил, рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, история создания, структура. Воздушно-космические силы: предназначение, история создания, структура. Сухопутные войска: предназначение, история создания, структура. Военно-морской флот. Воздушно-десантные войска.

Знать: состав и предназначение ВС РФ.

Владеть навыками: оценки уровня своей подготовленности к военной службе.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Обороноспособность государства. Оборона. Безопасность. Основные функции системы безопасности.

Знать: функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России

Практическое занятие: стрельба по квадрату 10x10 см на листе белой бумаги. Выполнение стрелкового упражнения в интерактивном тире.

Уметь: применить теоретические знания при попадании в квадрат.

Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Знать: состав и предназначение ВС РФ.

Уметь: оценивать уровень своей подготовленности к военной службе.

Повторение пройденного материала.

Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа)

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.

Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего, защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите.

Знать: о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.

Использовать: приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.

Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности воинских частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение дружбы и войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.

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.

Практическое занятие: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом». Выполнение стрелкового упражнения в интерактивном тире.

Отработать навыки: производства точного выстрела по мишени.

Символы воинской чести. (7 часов)

Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевое знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

Иметь представление: о символах воинской чести.

Уметь: осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

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

Боевые награды Российской Федерации ч. 1 История государственных наград за военные отличия в дореволюционной России.

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

Боевые награды Российской Федерации ч. 2. Награды высших и низших чинов. Герой Российской Федерации.

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

Боевые награды Советского Союза ч. 1. Основные государственные награды СССР, звание Герой Советского Союза, 1917 – 1941г.г.

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

Боевые награды Советского Союза ч. 2. Основные государственные награды СССР 1941 – 1991г.г.

Иметь представление: об основных государственных наградах.

Уметь: отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени в/ч. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Иметь представление: о ритуалах Вооруженных Сил РФ.

Уметь: оценить смысл ритуалов и их воспитательное значение.

Практическое занятие: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом». Выполнение стрелкового упражнения в интерактивном тире.

Отработать навыки: производства точного выстрела по мишени.

Раздел 4. Закрепление теоретических знаний и практических навыков по пройденным темам (6 часов).

Строевые приемы и движение без оружия. Строевые приемы и движение без оружия.

Выполнение команд «Равняйся», «Смирно», «Вольно». Повороты на месте и в движении.

Иметь представление об основных командах управления строем и действиях по ним.

Практическое занятие: Эвакуация обучающихся из класса при пожаре в школе.

Уметь: выполнить правильные действия при эвакуации.

Правила безопасного дорожного движения. Переход дороги. Езда на велосипеде.

Уметь: применить знания ПДД при ответах на вопросы.

Практическое занятие: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом». Выполнение стрелкового упражнения в интерактивном тире.

Отработать навыки: производства точного выстрела по мишени.

Повторение пройденного материала.

Инструктаж перед убытием на каникулы. Правила безопасного поведения на воде, в лесу.

Оказание ПМП утопающему.

Знать: правила безопасного поведения на воде, при посещении леса.

Уметь: оказывать первую медицинскую помощь.

УЧЕБНЫЕ СБОРЫ ПО ОСНОВАМ ПОДГОТОВКИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ

Повседневная жизнь и деятельность военнослужащих, распорядок дня, размещение и быт. Организация внутренней службы и внутренний порядок. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Учеба военнослужащих: строевая подготовка, огневая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, военно-медицинская подготовка.

Планируемые результаты.

Программа позволяет:

- учитывать индивидуальные психофизические особенности подростков;
- использовать естественно возникающие у подростков желания и побуждающие их к деятельности мотивы;
- усваивать необходимый материал осознанно и без принуждения;
- ориентировать ученика на использование своих индивидуальных способностей и чувственно-осознанного опыта для самообеспечения безопасности в различных биосоциальных условиях.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих целей:

- **воспитание** ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе обучающийся должен

Знать/ понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные положения международного гуманитарного права;
- основные правила поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, на улице, в школе и при занятиях спортом;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- состав и предназначение ВС РФ;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи ГО;

уметь:

- владеть способами защиты населения от ЧС природного и техногенного характера; владеть навыками в области ГО;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи; развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

Оценка знаний

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

1. Оценку «5» получает обучающийся, 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 обучающийся, набравший 90 - 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, 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 обучающийся, набравший 70 - 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает обучающийся, 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 обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает обучающийся, 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 обучающийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы (основной и дополнительной)

Основная литература:

1. Конституция Российской Федерации
2. Уголовный кодекс Российской Федерации
3. Федеральный закон «О гражданской обороне»
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
5. Федеральный закон «О безопасности»
6. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
7. Федеральный закон «О пожарной безопасности»
8. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
9. Федеральный закон «О противодействии терроризму»
10. Латчук В. Н. [и др.], Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2016

Дополнительная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник ситуативных задач 10-11. – Б. О. Хренников. – М.: Просвещение, 2010.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности:

Гражданская оборона Российской Федерации;

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Российской Федерации;

Средства индивидуальной защиты;

Средства коллективной защиты;

Личная гигиена;

Инфекционные заболевания.

Таблицы по правилам пожарной безопасности (М.: Дрофа, 2010):

Классификация пожаров;

Правила поведения в зоне лесного пожара;

Правила безопасного тушения небольшого лесного пожара;

Помощь человеку, на котором загорелась одежда;

Первая медицинская помощь при термических ожогах;

Причины пожаров в жилых и общественных зданиях;

Признаки и поражающие факторы пожара;

Правила поведения при пожаре в доме (квартире);

Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении;

Как выйти из задымленного помещения;

Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение);

Правила поведения при загорании телевизора;

Правила поведения при загорании новогодней елки;

Первичные средства пожаротушения (огнетушители);

Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).

Таблицы по защите от терроризма (М.: Дрофа, 2006):

Классификация терроризма;

Взрывоопасные предметы;

Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов;
 Особенности поведения и одежды террориста-смертника;
 Правила безопасного поведения при угрозе взрыва;
 Как действовать, попав после взрыва в завал;
 Как действовать, попав под обстрел;
 Как действовать, попав в заложники;
 Действия при получении угрозы;
 Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.
Таблицы о факторах, разрушающих здоровье человека
 Алкоголизм;
 Наркомания;
 Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД);
 Табакокурение.

Поурочно-тематическое планирование

| № урока | Тема | Дата | | Домашнее задание |
|---|--|------|------|-------------------|
| | | План | Факт | |
| Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (34 часа) | | | | |
| Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования (6 часов) | | | | |
| 1. | Автономное существование. Первоочередные действия. | | | Р. 1 гл. 1.1 |
| 2. | ПЗ: Наложения повязок на руку и ногу | | | Р. 1 гл. 1.1 |
| 3. | ПЗ: ПП при переломах и эвакуация пострадавших | | | Р. 1 гл. 1.1 |
| 4. | Автономное существование. Ориентирование на местности. | | | Р. 1 гл. 1.2 |
| 5. | Оборудование места временного пребывания. | | | Р. 1 гл. 1.2 |
| 6. | ПЗ: Решение ситуационных задач №№ 106-113 | | | Р. 1 гл. 1.2 |
| Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера (6 часов) | | | | |
| 7. | Безопасность на улице, в общественных местах. | | | Р. 1 гл. 2 |
| 8. | Безопасность в транспорте. | | | Р. 1 гл. 2 |
| 9. | Безопасность в подъезде, в лифте. | | | Р. 1 гл. 2 |
| 10. | ПЗ: Решение ситуационных задач №№ 16-26 | | | Р. 1 гл. 2 |
| 11. | ПЗ: Решение ситуационных задач №№ 26-36 | | | Р. 1 гл. 2 |
| 12. | ПЗ: Решение ситуационных задач №№ 36-48 | | | Р. 1 гл. 2 |
| Уголовная ответственность несовершеннолетних (2 часа) | | | | |
| 13. | Понятие преступления. Уголовная ответственность несовершеннолетних | | | Р. 1 гл. 3.1 |
| 14. | Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм. | | | Р. 1 гл. 3.2, 3.3 |
| Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2 часа) | | | | |
| 15. | Правила поведения в условиях ЧС. | | | Р. 1 гл. 4 |
| 16. | ПЗ: Решение ситуационных задач №№ 114-124 | | | Р. 1 гл. 4 |
| Законодательные и нормативные акты РФ в области обеспечения безопасности личности, общества и государства (2 часа) | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|-------------------|
| 17. | Законодательные и нормативные акты РФ | | | Р. 1 гл. 5 |
| 18. | Повторение пройденного материала. | | | Р. 1 гл. 1-5 |
| Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время (2 часа) | | | | |
| 19. | Предназначение и задачи ГО в мирное и военное время | | | Р. 1 гл. 6.1, 6.2 |
| 20. | Организация защиты учащихся от ЧС | | | Р. 1 гл. 6.1, 6.2 |
| Современные средства поражения и их поражающие факторы (7 часов) | | | | |
| 21. | Ядерное оружие и его боевые свойства. | | | Р. 1 гл. 7.1 |
| 22. | Поражающие факторы ядерного взрыва и защита от них | | | Р. 1 гл. 7.1 |
| 23. | Химическое оружие. | | | Р. 1 гл. 7.2 |
| 24. | Бактериологическое (биологическое) оружие. | | | Р. 1 гл. 7.3 |
| 25. | Современные обычные средства поражения. | | | Р. 1 гл. 7.4 |
| 26. | Новые виды вооружения Российской Федерации | | | Р. 1 гл. 7 |
| 27. | ПЗ: Изготовка для стрельбы сидя за столом | | | Р. 1 гл. 7 |
| Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время (7 часов) | | | | |
| 28. | Оповещение и информирование населения об опасностях, | | | Р. 1 гл. 8.1 |
| 29. | Организация инженерной защиты населения | | | Р. 1 гл. 8.2 |
| 30. | СИЗ. Средства защиты кожи и органов дыхания. | | | Р. 1 гл. 8.3 |
| 31. | СИЗ. Медицинские средства защиты. | | | Р. 1 гл. 8.3 |
| 32. | Повторение пройденного материала. | | | Р. 1 гл. 6-8 |
| 33. | ПЗ: Тренировка в стрельбе без пуль | | | Р. 1 гл. 6-8 |
| 34. | Организация АСДНР в зонах ЧС. | | | Р. 1 гл. 8.4 |
| Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов) | | | | |
| 35. | Основные инфекционные заболевания. | | | Р. 2 гл. 1 |
| 36. | Гепатит, пищевые токсикоинфекции, грипп. | | | Р. 2 гл. 1 |
| 37. | Дифтерия, краснуха, скарлатина, свинка. | | | Р. 2 гл. 1 |
| 38. | Значение двигательной активности для здоровья. | | | Р. 2 гл. 2 |
| 39. | Формула здоровья: факторы, укрепляющие здоровье | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| 40. | Формула здоровья: факторы, ухудшающие здоровье | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| 41. | Первая помощь: реанимационные мероприятия | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| 42. | ПЗ: Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| 43. | ПЗ: Остановка кровотечения | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| 44. | Разминка: ошибки, влияющие на результат и здоровье | | | Р. 2 гл. 1, 2 |
| Раздел 3. Основы военной службы (18 часов) | | | | |
| Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (8 часов) | | | | |
| 45. | История создания Вооруженных Сил России ч.1 | | | Р. 3 гл. 1.1 |
| 46. | История создания Вооруженных Сил России ч.2 | | | Р. 3 гл. 1.1 |
| 47. | Организационная структура ВС РФ. | | | Р. 3 гл. 1.2 |
| 48. | Виды ВС, рода войск. История их создания. | | | Р. 3 гл. 1.2 |
| 49. | Основные задачи современных ВС РФ. | | | Р. 3 гл. 1.3 |
| 50. | ПЗ: Стрельба по квадрату 10x10 см | | | Р. 3 гл. 1.3 |
| 51. | Другие войска, воинские формирования и органы | | | Р. 3 гл. 1.4 |
| 52. | Повторение пройденного материала. | | | Р. 3 гл. 1 |
| Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа) | | | | |
| 53. | Патриотизм и верность воинскому долгу | | | Р. 3 гл. 2.1 |
| 54. | Дружба, войсковое товарищество | | | Р. 3 гл. 2.2 |

| | | | | |
|--|--|--|--|--------------|
| 55. | ПЗ: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом» | | | Р. 3 гл. 2.2 |
| Символы воинской чести (7 часов) | | | | |
| 56. | Боевое Знамя воинской части | | | Р. 3 гл. 3.1 |
| 57. | Боевые награды Российской Федерации ч.1 | | | Р. 3 гл. 3.2 |
| 58. | Боевые награды Российской Федерации ч.2 | | | Р. 3 гл. 3.2 |
| 59. | Боевые награды Советского Союза ч.1 | | | Р. 3 гл. 3.2 |
| 60. | Боевые награды Советского Союза ч.2 | | | Р. 3 гл. 3.2 |
| 61. | Ритуалы ВС РФ | | | Р. 3 гл. 3.3 |
| 62. | ПЗ: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом» | | | Р. 3 гл. 3.3 |
| Раздел 4. Закрепление теоретических знаний и практических навыков по пройденным темам (6 часов) | | | | |
| 63. | Строевые приемы и движения без оружия. | | | Р. 1 |
| 64. | ПЗ: Эвакуация учащихся из класса при пожаре в школе | | | Р. 1 |
| 65. | Правила безопасного дорожного движения. | | | Р. 2 |
| 66. | ПЗ: Стрельба по мишени из положения «Сидя за столом» | | | Р. 3 |
| 67. | Повторение пройденного материала. | | | Р. 3 |
| 68. | Инструктаж перед убытием на каникулы. | | | |