

Утверждаю
Директор МБОУ Семичанской СШ № 7
С.Л. Гилевич
Приказ от 30.08.19 № 50

2019 – 2020 учебный год

1. Планируемые результаты

освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающиеся должны:

- *знать*

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального происхождения;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки граждан на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту; альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС и ГО;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

- *уметь*:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих 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;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

2. Содержание программы 34 часа

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности(8 часов)

Введение в курс 10 класса. Автономное пребывание человека в природной среде. Возможные причины попадания человека в условия автономного существования, меры профилактики. Первоочередные действия потерпевших бедствие.

Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Отработка правил ориентирования, движения по азимуту, обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Обеспечение личной безопасности на дорогах. Основные причины ДТП. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров.

Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Возможные ситуации на улице, в общественных местах, на массовом мероприятии, в транспорте, подъезде дома, лифте.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера. Правила поведения во время землетрясения, сходе оползней, селей, обвалов, лавин, при возникновении ураганов, бурь, смерчей, при наводнении и природных пожарах. Оработка практических навыков безопасного поведения.

Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера. **Электробезопасность**. Правила поведения при пожарах и взрывах, при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ, при ГДА и транспортных авариях.

Военные угрозы национальной безопасности России. Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Вооруженный конфликт, военный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война.

Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера(2 часа)

Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС. Конституция РФ, ФЗ «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от ЧС», «О пожарной безопасности», «О ГО», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму» и др. Краткое содержание, права и обязанности граждан.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. История создания РСЧС, предназначение, структура, цели и задачи, органы управления. Силы и средства РСЧС.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ(4 часа)

Терроризм и экстремизм — чрезвычайные опасности для общества и государства. Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Пути распространения экстремистских идей.

Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности. Законы и акты, направленные на защиту от экстремизма и терроризма.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения, если подвергались нападению с целью похищения.

Обеспечение безопасности при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке. О порядке приема сообщений, содержащих угрозы теракта, по телефону.

Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность. Основные статьи Уголовного кодекса и виды наказаний для террористов, экстремистов.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел IV. Основы здорового образа жизни(3 часа)

Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи. Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Антигены и антитела. Иммунная реакция организма. Распространённые инфекционные заболевания. Внешние признаки инфекционных заболеваний.

Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности. Здоровье и

питание. Биологические основы питания человека. Режим питания. Сбалансированное питание. Режим питания.

Двигательная активность, физическая культура и закаливание.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Табакокурение и его влияние на организм курящего и окружающих людей. Алкоголь и репродуктивная функция. Профилактика разрушающего влияния алкоголя, наркомании и токсикомании.

Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства (17 часов)

Раздел V. Основы обороны государства

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Основные виды оружия и их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Основные виды оружия и их поражающие факторы. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения. Система оповещения, способы оповещения. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!», действия населения по сигналам оповещения. Защитные сооружения ГО, предназначение и виды.

Средства индивидуальной защиты. Средства защиты органов дыхания, кожи, правила их использования. Медицинские средства защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация ГО в общеобразовательном учреждении. Предназначение и содержание работ. Организация санитарной обработки населения после пребывания их в зоне заражения. Задачи обучения в области ГО, формы обучения. План ГО.

Гражданская оборона. История создания Вооруженных Сил РФ. Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, создание регулярной армии. Военные реформы во 2 половине XIXв, создание массовой армии.

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

Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ. Виды и рода войск, история их создания. Предназначение различных родов войск. Сухопутные, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, космические войска.

Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск.

Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ. Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение. Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Ракетные войска стратегического назначения. Вооружение и военная техника РВСН. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение.

Вооружение и военная техника.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Космические войска, их состав и предназначение. Космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ. Пограничные органы ФСБ, внутренние войска МВД, войска гражданской обороны МЧС России.

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить её интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Понятие о боевых традициях, героизме, мужестве, воинской доблести.

Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни.

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ 10 класс

№ урока	дата	Тема урока
М-1 Основы безопасности личности и государства		
Раздел 1 Основы комплексной безопасности		
1	03.09	Автономное пребывание человека в природной среде.
2	10.09	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. Практическая работа №1
3	17.09	Обеспечение личной безопасности на дорогах.
4	24.09	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Практическая работа №2
5	01.10	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера.
6	08.10	Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера. Электробезопасность.
7	15.10	Военные угрозы национальной безопасности России.
8	22.10	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.
Раздел 2 Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера		
9	29.10	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС.
10	12.11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. Электробезопасность.
Раздел 3 Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.		
11	19.11	Терроризм и экстремизм — чрезвычайные опасности для общества и государства.
12	26.11	Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности.
13	03.12	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.
14	10.12	Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность.
М-II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.		
Раздел 4. Основы здорового образа жизни.		
15	17.12	Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи.
16	24.12	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Здоровье и питание. Биологические основы питания человека. Режим питания. Сбалансированное питание. Режим питания.
17	10.01	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

М- III Обеспечение военной безопасности государства.**Раздел 5. Основы обороны государства**

18	14.01	Гражданская Оборона – составная часть обороноспособности страны.
19	21.01	Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.
20	28.01	Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы.
21	04.02	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита населения.
22	11.02	Средства индивидуальной защиты.
23	25.02	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.
24	03.03	История создания Вооруженных Сил РФ.
25	10.03	Памяти поколений – дни воинской славы России.
26	17.03	Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ.
27	31.03	Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ.
28	07.04	Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Вооружение и военная техника ВВС и ВМФ.
29	14.04	Ракетные войска стратегического назначения. Вооружение и военная техника РВСН.
30	21.04	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.
31	28.04	Космические войска, их состав и предназначение.
32	12.05	Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ
33	19.05	Итоговый тест за курс 10 класс.
34	26.05	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.