

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 576 среднего общего образования  
с углубленным изучением предмета физическая культура  
Василеостровского района Санкт-Петербурга**

**СОГЛАСОВАНО**

педагогическим советом  
ГБОУ ШИ № 576

протокол № 2  
от 30 августа  
2018 года

**УТВЕРЖДАЮ**

приказ № 175 от 30 августа 2018 года

Директор  
ГБОУ ШИ № 576

\_\_\_\_\_ Н.В. Скарлыгина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРЕДМЕТА**

**Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс**

*(базовый уровень)*

для 10а, 10б и 10в классов

на 2018-2019 учебный год

Составитель: Обухов А.М.,  
учитель ОБЖ ГБОУ ШИ № 576

Санкт-Петербург  
2018 год

## 1. Пояснительная записка:

### 1.1. Место предмета в учебном плане:

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год, на основе учебного плана образовательного учреждения.

### 1.2. Учебно-методические средства обучения.

#### 1.2.1. Учебный комплект

- Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: учебник для общеобразовательных учреждений /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под общей ред. Смирнова А.Т. - М.: Просвещение, 2014

#### 1.2.2. Методический комплект

- *Смирнов А.Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11кл, учеб. Для общеобразовательных Учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2014.
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5—11 классы».
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 10-11 классы».

#### 1.2.3. Электронные ресурсы (диски сайты, программы)

1.	TeachPro	ОБЖ 10 класс	2008	Равновесие
2.	Ивашук В.В.	Первая помощь до приезда врача	2006	Равновесие
3.	ИДДК	Войны России	2007	Бизнессофт
4.	Курс школа	Первая медицинская помощь	2011	«1С-Пабблишинг»
5.	ДК	Моё тело	2011	Nd.ru
6.	ИДДК	Все ордена и медали России	2009	Издательство
7.		Видеофильмы по военной тематике		
8.		Презентации по всей теме		

### 1.3. Планируемые результаты освоения учебного предмета ОБЖ к окончанию 10 класса

#### 1.3.1. Учащиеся должны знать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- основные виды воинской деятельности;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранение и сбережение;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;

- основные способы передвижения солдата в бою;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебной стрельбы;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих.

### **1.3.2. Учащиеся должны 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.
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- обращаться с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения.

### **1.3.3. Учащиеся должны владеть компетенциями:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи;
- формирование психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования.

## **2. Содержание тем учебного курса:**

### **Модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства» (12 часов)**

#### **Раздел 1: «Основы комплексной безопасности» (5 часов)**

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов.

#### **Раздел 2 «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (2 часа)**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты

Российской Федерации по обеспечению безопасности. Антикоррупционная политика Российской Федерации

### **Раздел 3 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» (5 часов)**

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

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

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению противодействия терроризму и экстремистской деятельности. Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Роль гражданского общества, каждого гражданина в противодействии коррупции.

Культура безопасности жизнедеятельности. Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.

### **Модуль 2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (4 часа)**

#### **Раздел 4 «Основы здорового образа жизни» (4 часа)**

Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье Основные составляющие здорового образа жизни и его составляющие. Биологические ритмы. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье Профилактика вредных привычек. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

### **Модуль 3 «Обеспечение военной безопасности государства» (18 часов)**

#### **Раздел 5 «Основы обороны государства» (9 часов)**

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны Современные средства поражения (ОМП), их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации.

Дни воинской славы России. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооружёнными Силами Российской Федерации. Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооружённых Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей, и подразделений.

#### **Раздел 6 «Основы военной службы» (9 часов)**

Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. Суточный наряд. Организация караульной службы. Строи и управление ими. Строевые приёмы и движение без оружия.

История изобретения автомата Калашникова. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Современный бой. Обязанности солдата в бою.

**Распределение часов по темам в курсе «ОБЖ» в 10 классе на базовом уровне.**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>10 класс (количество часов)</b>
1	Основы комплексной безопасности	5
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	5
4	Основы здорового образа жизни	4
5	Основы обороны государства	9
6	Основы военной службы	9
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>34</b>

### 3. Учебно-тематический план:

Учебный период (четверть, полугодие)	Раздел	Количество часов	Контроль, практика
1 четверть	Раздел 1 « <i>Основы комплексной безопасности</i> »	5	Тест Тест
	Раздел 2 «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»	2	Тест
	Раздел 3 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации»	1	
2 четверть	Раздел 3 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации»	4	Тест
	Раздел 4 «Основы здорового образа жизни»	4	Контрольная работа
3 четверть	Раздел 5 «Основы обороны государства»	9	Тест Тест Тест
	Раздел 6 «Основы военной службы»	1	
4 четверть	Раздел 6 «Основы военной службы»	8	Тест Зачёт
ИТОГО		34	