

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение гимназия № 7  
г. Балтийск**

Принята  
на НМС

Протокол №1 от 28.08.15 г  
\_\_\_\_\_ Е.Н. Макарова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
10 КЛАСС**

**ПРОГРАММА:** МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

под ред. Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. для 10-11 классов, Москва,  
«Просвещение», 2011г.

**УЧЕБНИК:** В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов «Основы безопасности  
жизнедеятельности». 10 класс. Москва, «Дрофа», 2012г.

Общее количество часов по предмету: по 35 часов

Учитель основ безопасности жизнедеятельности Жуков Н.В.

Согласована  
на методическом объединении  
протокол №1 от 27.08.2015 г.

Руководитель МО 

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного среднего образования;
- Фундаментального ядра содержания общего образования;
- Требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования;
- Примерной программы основного среднего образования по ОБЖ как инвариантной (обязательной) части учебного курса;
- Программы развития и формирования универсальных учебных действий.

Рабочая программа составлена на основе УМК «Основы безопасности и жизнедеятельности» для 1-11 классов под редакцией А.Т. Смирнова:

- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 10 класс. – М.: Просвещение, 2013
- рабочая тетрадь 10 класс, А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова–М.:Просвещение, 2013
- поурочные разработки 5-10 класс; А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова–М.:Просвещение, 2013
- тестовый контроль 5-10 класс; А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова–М.:Просвещение, 2013
- «ОБЖ» справочник для учащихся А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова–М.:Просвещение, 2014

Данный УМК включает три логически взаимосвязанных раздела, содержание которых составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций. Является единой линией с 5 по 11 класс.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

**Цель:** овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

Содержание образования в 10 классе устанавливает следующие **задачи:**

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: влияние социальной среды и неблагоприятной окружающей среды на здоровья человека, и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Согласно Федеральному базисному учебному плану данная рабочая программа предполагает обучение в 10 классе в объеме 35 часов в год, в неделю 1 час через компонент образовательного учреждения по социальному заказу обучающихся и родителей.

**Планируемые результаты:**

Обучение ОБЖ в 10 классе основной школы направлено на достижение следующих результатов обучения

**Личностные результаты:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

### **Предметные результаты:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление наркотиков и других психоактивных веществ;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Основными принципами обучения ОБЖ являются: сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков; групповой и индивидуальные принципы обучения.

Принципы реализуются с помощью **различных методов**

- Рассказ
- Объяснение
- Инструктаж
- Лекция
- Беседа
- Метод показа (демонстрации)
- Практические занятия

средства (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью:

- Натуральная (реальные объекты, раздаточный материал);
- Изобразительная (фотографии, картины, рисунки);
- Символическая (чертежи, графики, диаграммы);
- Компьютер; Медиапроектор.

Достичь данных результатов обучения поможет следующая организация процесса.

#### Типы уроков

- ✓ урок «открытие нового знания»;
- ✓ урок рефлексии;
- ✓ урок общей методологической направленности;
- ✓ урок упражнений и практической работы;
- ✓ урок развивающего контроля.

Технологии обучения. Процесс обучения построен на основе системно-деятельностного подхода через технологии:

- ИКТ;
- Проектная деятельность;
- Уровневая дифференциация;
- Технологии ситуативного обучения.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная и групповая работа, коллективная работа, путешествия, экскурсия.

Контроль результатов обучения осуществляется через использование следующих видов оценки и контроля: стартовый, текущий, тематический, итоговый. При этом используются различные формы оценки и контроля: контрольная работа (к.р.), самостоятельная работа (с.р.), тест, (т.), практическая работа (п.р).

### Учебно-методический комплект

1. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности» академический школьный учебник, 10 класс, «Просвещение» 2012г.
2. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, рабочие программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 класс, «Просвещение», 2011г.
3. Ю.Л. Воробьев, Развернутое тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-11 классы, Волгоград, 2011г.
4. А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов «Основы безопасности жизнедеятельности» Пробный учебник для общеобразовательных учреждений. 8 класс. Издательство АСТ-ЛТД 1997. г. Волгоград, 2007 г.
5. А.Т. Смирнов «Основы безопасности жизнедеятельности», программы общеобразовательных учреждений 1-11 классы», Москва, «Просвещение», 2008 г.
6. В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности», методическое пособие для 10 классов, Москва, «Дрофа» 2001 г.
7. Г.Н. Шевченко «Основы безопасности жизнедеятельности» поурочные планы, издательство «Учитель» г. Волгоград, 2007 г.
8. А.Т. Смирнова «Основы безопасности жизнедеятельности», поурочные планы г. Волгоград, 2005 г.,
9. Н.И. Хромов «Преподавание ОБЖ в школе и средних специальных образовательных учреждениях, Москва 2008 г., «Айрис Пресс»
10. Тетушкина Л.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» секреты преподавания, издательство «Учитель» г. Волгоград, 2008 г.
11. И.К. Топоров «Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях», Москва, «Просвещение», 2000 г.
12. А.Т. Смирнов «Основы безопасности жизнедеятельности», книга для учителя (методические материалы и документы), Москва «Просвещение», 2001г.
13. А.А. Лазаревич «Основы безопасности жизнедеятельности» методическое пособие. Калининградский областной институт повышения квалификации и подготовки работников образования, Калининград, 2004г.
14. С.К. Миронов ОБЖ методические рекомендации «Классификация ЧС природного характера, Москва «Спектр», 2005г.
15. А.И. Клименко «Карта и компас – мои друзья» библиотечка «Знай и умей», Москва, «Детская литература», 1975г.
16. С.С. Соловьев «Основы безопасности жизнедеятельности», новые тесты, Москва, «Дрофа». 2003 г.
17. А.Г. Рыхнов «Правила безопасности для взрослых и детей» под редакцией Шевченко «Библиотечка «Военные знания» 2000.
18. Г.Е. Цвилюк «Азы безопасности» книга для детей и родителей», Москва «Просвещение» 1995.
19. Н. Наричин «Азбука психологической безопасности», Москва, «Русский журнал», 2000 г.
20. В.А. Иваненко «Секреты вашей бодрости», Москва, «Знание» 1988 г.
21. Г.С. Чеурин «Самоспасение без снаряжения», Москва «Русский журнал», 2000 г.
22. Ю.Л. Воробьев «Чрезвычайные ситуации природного характера», Москва «Папирус» 1998.
23. В.А. Владимиров, В.С. Исаев «Аварийно химически опасные вещества (АХОВ) учебное пособие библиотечка «Военные знания» 2000г.
24. Г.Я. Чернышев, «Терроризм и его проявления» учебное пособие сборник №5, библиотечка «Военные знания» Москва 2001.
25. А.Д. Зайнашев «Что нужно знать о терроризме» ООО «Веллтон» 2004.
26. В.И. Андрейчук «Как себя защитить» ГИФК имени Лесгафта СП «Нординмет», 1990.
27. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова «Основы медицинских знаний» Издательство АСТ-ЛТД 1997.
28. А.В. Ляхович, Г.Ф. Романенко «Профилактика вич/спид и других инфекций передающихся половым путем» Министерство здравоохранения РФ 2003.
29. П.А. Курцев «Медико-санитарная подготовка учащихся» учебник для 10 класса средней школы, Москва «Просвещение» 1986.

## Тематический план

№	Тема	Количество часов					Всего часов
		Формы организации учебных занятий					
		Беседы	Дистан.. обучен.	Внеуроч деятел.	Практ. работа	Проект	
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>15</b>
1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	1	2	2	1	2	8
2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	1	1	2	1	2	7
<b>II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>7</b>
1	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний			1	1	1	3
2	Основы здорового образа жизни		1	1	1	1	4
<b>III</b>	<b>Основы военной службы</b>		<b>3</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>13</b>
	Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества		1	2	1	2	6
	Боевые традиции Вооруженных сил России		1	1	1	1	4
	Символы воинской чести (3 часа)		1	1		1	3
<b>Итого</b>		<b>2</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>35</b>

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
ПО КУРСУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» 10 класс (35 часов)**

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Форма контроля
<b>Модуль I. Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях 14 (часов)</b>			
<b>Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения (15 часов)</b>			
<i>Правила поведения в условиях вынужденной автономии (7 часов)</i>			
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Пр. работа «Ориентирование на местности»
2	Выживание воинов-разведчиков, в условиях добровольной и вынужденной автономии, при выполнении боевой задачи.	Проект	Контроль за созданием проекта
3	Правила поведения в ситуациях террористического и криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Урок изучения и первичного материала и закрепления новых знаний	Решение ситуационных задач
4	Правила поведения в ситуациях террористического и криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
5	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного характера	Урок изучения и первичного материала и закрепления новых знаний	Решение ситуационных задач
6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	Урок изучения и первичного материала и закрепления новых знаний	Решение ситуационных задач
7	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	Проект	Контроль за созданием проекта
<b>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (8 часов)</b>			
8	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	Комбинированный	Проверочная работа по теме «Основные и чрезвычайные ситуации, возникающие в

			повседневной жизни, и правила безопасного поведения»
9	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Урок изучения и первичного материала и закрепления новых знаний	Решение ситуационных задач
10	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	Проект	Контроль за созданием проекта
11	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
12	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	Проект	Контроль за созданием проекта
13	Средства индивидуальной защиты	Урок изучения первичного материала и закрепления новых знаний	Решение ситуационных задач
14	Средства индивидуальной защиты	Дистанционный	Практическая работа. Отработка навыков пользования противогазом ГП-7, костюмом Л-1
15	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Организация гражданской обороны гимназии	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
<b>Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 часов)</b>			
<b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 часа)</b>			
	<i>Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности (3 часа)</i>		
16	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
17	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Проект	Оценка проекта



18	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Дистанционный	Индивидуальный опрос
<b>Основы здорового образа жизни (4 часа)</b>			
19	Здоровый образ жизни и его составляющие	Дистанционный	Индивидуальный опрос. Тестирование (10 мин).
20	Биоритмы работающего человека	Проект	Оценка проекта
21	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
22	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
<b>Модуль III. Основы военной службы (13 часов)</b>			
<b>Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (6 часов)</b>			
23	История создания Вооруженных сил России	Внеурочная деятельность	Решение ситуационных задач
24	Организационная структура Вооруженных сил России	Проект	Контроль за созданием проекта
25	Организационная структура Вооруженных сил России	Дистанционный	Индивидуальный опрос
26	Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.	Внеурочная деятельность	тестирование
27	Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.	Проект	оценка проекта
28	Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству	Комбинированный	Индивидуальный опрос
<b>Боевые традиции Вооруженных сил России (4 часа)</b>			
29	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества	Дистанционный	Семинар
30	Памяти поколений – дни воинской славы России	Внеурочная	Решение ситуационных

		деятельность	задач
31	Памяти поколений – дни воинской славы России	Дистанционный	Семинар
32	Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	Проект	Контроль за созданием проекта
<b>Символы воинской чести (3 часа)</b>			
33	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	Внеурочная деятельность	Тестирование
34	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	Дистанционный	Семинар
35	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	Проект	оценка проекта
<b>ИТОГО ЧАСОВ теории:</b>		<b>35</b>	
<b>Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время 40 часов)</b>			
1	Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.	Практические занятия	1
2	Размещение и быт военнослужащих	Практические занятия	3
3	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	Практические занятия	4
4	Организация караульной службы, обязанности часового	Практические занятия	4
5	Строевая подготовка	Практические занятия	4
6	Огневая подготовка	Практические занятия	14
7	Тактическая подготовка	Практические занятия	5
8	Физическая подготовка	Практические занятия	5
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		<b>35+40</b>	