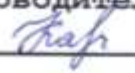


АДМИНИСТРАЦИЯ
МО «СВЕТЛОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3

РАССМОТРЕНА
на заседании
ШМО учителей
предметов технологии
ИЗО, физической культуры и ОБЖ
(протокол №1 от 26.08.14 г.)
Руководитель ШМО
 И. Л. Кариневская

СОГЛАСОВАНА

на методическом совете
(протокол №2 от 28.08.14 г.)

Председатель методического
Совета
 Н. А. Нетесова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 3
(приказ №206/од от 28.08.14 г.)


Л. В. Ракович


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОБЖ, 10 КЛАСС
(ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ, базовый уровень)
2014-2015 учебный год**

г. Светлый
2014 г.

Критерии оценивания учащихся

Проверка и оценка знаний проходит в ходе текущих занятий в устной или письменной форме. Письменные работы проводятся по значимым вопросам темы или раздела курса ОБЖ. Контрольные письменные работы проводятся после изучения разделов программы курса ОБЖ в конце четверти и учебного года. В курсе ОБЖ может использоваться зачетная форма проверки знаний.

Преподавание ОБЖ, как и других предметов, предусматривает индивидуально - тематический контроль знаний учащихся. Причем при проверке уровня усвоения материала по каждой достаточно большой теме обязательным является оценивание двух основных элементов: теоретических знаний и умений применять их при выборе практических.

Для контроля знаний по ОБЖ используются различные виды работ (тесты, экспресс- опросы, самостоятельные, проверочные, контрольные, практические, ситуационные задачи)

Оценка устных ответов учащихся.

Оценка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Оценка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Оценка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

Оценка «1» ставится в том случае, если ученик не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения. Ниже приведены обобщенные планы основных элементов

Оценка письменных контрольных работ.

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Оценка «1» ставится, если ученик совсем не выполнил ни одного задания.

Оценка практических работ.

Оценка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Оценка «1» ставится, если учащийся совсем не выполнил практическую работу.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Критерии оценивания учащихся составляются в соответствии с требованиями государственного стандарта по ОБЖ, уровнем обученности учащихся. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня как по объему, так и глубине.

Для составления критерии оценивания учащихся используется следующая литература:

- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 классе М.: Просвещение, 2007 г.
- ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель, 2005

Рабочая программа по ОБЖ на 2013--2014 учебный год 10 класс (базовый уровень)

Пояснительная записка.

Программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает примерное распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, для проведения учебных сборов, военно-профессиональной ориентации и военно-патриотического воспитания.

Рабочая программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами и методическими рекомендациями:

- Распоряжение Правительства РФ от 29.12.2001 г. №1756-р «Об одобрении Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года».
- Федеральный закон «О внесении изменений в Закон Российской Федерации «Об образовании» и Федеральный закон «О высшем и послевузовском профессиональном образовании» от 26 января 2007 года.
- Приказ Министерства образования РФ № 1089 от 05.03.2004 г. «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования».
- Приказ Министерства образования РФ № 1236 от 19.05.1998 г. «Об утверждении обязательного минимума содержания основного общего образования».
- Приказ Министерства образования РФ № 56 от 30.06.1999 г. Об утверждении обязательного минимума содержания среднего (полного) общего образования.
- Методическое письмо Департамента государственной политики в образовании Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.07.2005 № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана».
- Письмо Департамента общего и дошкольного образования МО РФ №14-51-277/13 от 13.11.2003 «Об элективных курсах в системе профильного обучения на старшей ступени общего образования».
- .
- Оценка качества подготовки выпускников основной школы по ОБЖ. – М.: Дрофа, 2004.
- Федеральный закон "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природной и техногенного характера"

- "Об охране окружающей природной среды"
- "О пожарной безопасности " от 12.02.06г. № 78
- "О гражданской обороне" от 12.02.06г.
- "Об обороне" от 24.04.04г.
- "О воинской обязанности и военной службе" от 28.03.06г. № 53-ФЗ
- постановления Правительства РФ "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций" от 16.01.04г. № 738
- постановление Правительства РФ № 122 от 16.02.07г. и приказ министра образования №3511 от 30.10.07г. "О государственном патриотическом воспитании граждан РФ"
- -школьный учебный план за 2011-2012уч.год
- Программы курса ОБЖ для общеобразовательных учреждений основного общего образования 10-11 классы (под редакцией В.Н.Латчука, Б.И.Мишина, А.Т.Смирнова, Ю.Д.Жилова
- "О содержании подготовки школьников в общеобразовательных учреждениях" (методическое письмо ЧИДОПОПР, автор методист по курсу ОБЖ Н.А.Кубарев)
- календарно-тематическое планирование составлено на основе программы авторов В.Н.Латчука, Б.И. Мишина, А.Т.Смирнова, Ю.Д.Жилова, изд. Министерства общего и профессионального образования РФ, Москва, 2007г. и дополнено обязательным минимумом содержания основного общего образования по курсу ОБЖ.
- «О содержании подготовки школьников в общеобразовательных учреждениях» (методическое письмо ЧИДОПОПР, автор- методист по курсу ОБЖ Н.А.Кубарев);
- И.К.Топоров «Методика преподавания курса ОБЖ в общеобразовательных учреждениях», издательство «Просвещение», Москва, 2005г.;
- Федеральный закон «О безопасности» от 05.03.92, «Об обороне» от 24.04.96, «О гражданской обороне» от 12.02.98, «О безопасности дорожного движения» от 15.11.95, «Об образовании» от 16.11.97, «О воинской обязанности и военной службе» от 12.03.98, «О пожарной безопасности» от 12.02.98 №78, «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера» от 11.11.94;
- постановление Правительства РФ №1441 от 31.12.1999 «Об утверждении положения по подготовке граждан к военной службе»;
- постановление Правительства РФ №122 от 16.02.01 и приказ министра образования №3511 от 30.10.01 «О государственном патриотическом воспитании граждан РФ»;

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки углубленно изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

Цели.

- **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; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; 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 ведения 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.

Место предмета в учебном плане

Федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации отводит 110 часов на изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе среднего (основного) общего образования. В том числе: в X классе 35 часов, из расчета 1 учебный час в неделю, в XI классе 35 часа из расчета 1-го учебного часа в неделю

Требования к уровню освоения дисциплины.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

Знать/понимать

- 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;
- 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 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;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

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.

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 в соответствующие службы экстренной помощи.

Требования к уровню подготовки выпускников

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся должен **знать**:

- определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Калининградской области;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных сил РФ;
- права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту. Особенности альтернативной гражданской службы;
- основы безопасности военной службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС и ГО;
- основные положения современного комплекса проблем безопасности;

уметь:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- объяснить элементарные способы защиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты, рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;

использовать приобретенные знания и умения на практике для:

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- подготовки граждан к военной службе;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- подготовки к профессиональной деятельности

Возможны изменения порядка тем и сроков прохождения тем по непредвиденным обстоятельствам (болезнь учителя, болезнь учащихся, курсовая переподготовка учителя, карантин, стихийные бедствия и т.д)

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (10 КЛАСС)

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе.

1.2. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

1.4. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.5. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.

1.6. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности

Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

1.7. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в маршрутном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- правила безопасности при автономном существовании в природной среде;
- правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;
- правила поведения при захвате в заложники или похищении.

Уметь:

- устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;
- называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях.

2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.

2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни и обвалы, лесные пожары — опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера — геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению.

Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно - опасном, на химически -опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

2.3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных в Калининградской области.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Калининградской области;
- потенциально опасные объекты в районе проживания.

Уметь:

- различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.

3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

3.1. Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооруженных конфликтов

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

3.2. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный терроризм.

3.3. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в области безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;
- основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;
- особенности современных войн и вооружённых конфликтов;
- общие черты международного терроризма.

Уметь:

- работать с правовыми документами.

4. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

4.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая часть подготовки человека к профессиональной деятельности.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

4.2. Инфекционные заболевания, их классификация.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний.

4.3 Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний.

Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- основные понятия, функции и показатели здоровья;
- признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;
- наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.

Уметь:

- в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;
- обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.

5. Основы здорового образа жизни

5.1. Здоровый образ жизни, понятия и определения, составляющие ЗОЖ.

Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

5.2. Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность.

Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

5.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Двигательная активность и её преимущества. Физическая культура и её положительное влияние на здоровье человека.

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

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

5.5.-5.6. Алкоголизм и курение, их профилактика.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

5.7. Наркомания – прямая угроза жизни и здоровью человека.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- основные понятия и структуру ЗОЖ;
- роль питания как составляющей ЗОЖ;
- влияние двигательной активности на здоровье человека;
- социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.

Уметь:

- вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию

6. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны

6.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

6.2.-6.3. Современные средства поражения, их поражающие факторы и мероприятия по защите.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

6.4. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного 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.

6.5. Инженерная защита населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

6.6.-6.7. Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

6.8. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

6.9. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся.

Требования к уровню усвоения знаний:

Знать:

- основные понятия ГО;
- современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;
- организацию гражданской обороны в школе.

Уметь:

- определить вид применённого оружия;
- пользоваться убежищем;
- подобрать противогаз и пользоваться им;
- действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе.

Общая информация

Предмет	ОБЖ
Классы	10 а
Учитель	Заринова Рушания Завдатовна
Количество часов в год	35
Из них:	
♦ Проверочных работ	4
♦ Тестирование	9
♦ Практических работ	3
♦ Словарный диктант	1
♦ зачет	2
♦	
Количество часов в неделю	
Программа	<i>Для общеобразовательных учреждений (базовый уровень), под общей редакцией А.Т.Смирнова, М.; Просвещение 2011г.</i>
Учебный комплекс для учащихся:	
♦ Учебник	Основы безопасности жизнедеятельности-10 под общей редакцией А.Т.Смирнова Москва «Просвещение» 2009
♦ Дополнительная литература	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (тестовый контроль для 10-11 классов): Пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ / Смирнов А.Т., Маслов М.А. – М.: Просвещение, 2002. ♦ .
Электронные источники информации	• Электронные пособия:
	✓ CD диски «Основы безопасности жизнедеятельности»
	• Электронные пособия:
	✓ http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/
	✓
	• Интернет-ресурсы:
	ОБЖ. 5 – 11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий / Министерство образования Российской Федерации, 2003 // ООО «Кирилл и Мефодий», 2003.
	✓ http://www.spas-extreme.ru
	✓ http://chronicl.chat.ru/security.htm
	✓ http://www.school-obz.org
Нормативные документы	✓ http://www.goodlife.narod.ru
	✓ http://tourism.yaroslavl.ru/AV/medbookm.htm
	✓ http://mykrevedki.ru/lib/Book-21-25.html
	• письмо Минобразования России от 20.02.2004 г. № 03-51-10/14-03 «О введении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»
	• Приказ Минобразования России от 09.03.2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования»
	• Письмо Минобразования России от 07.07.2005 г. «О примерных программах по учебным предметам федерального

	базисного учебного плана»
	• Федеральный компонент государственного стандарта общего образования

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 класс

№ № п/п	Тема (содержание)	Количество часов	Контрольные мероприятия:			Дата проведения
			Проверочные работы, самостоятельные работы	тестирование	Практические работы, зачеты, словарный диктант	
1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	1			Практическая работа № 1» Ориентирование. Подготовка к походу»	
2.	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни	5		Тест № 1 по теме «Правила поведения в ситуациях криминогенного характера»		
				Тест № 2 «Правила безопасного поведения в условиях ЧС»		
				Тест №3 по теме «Законы и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности		
			Проверочная работа № 1 по теме» Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций»			
3.	Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны	7		Тест № 4 по теме: «Современные средства поражения»		
				Тест № 5 по теме : «Оповещение и информирование населения		
					Словарный диктант № 1 «Защитные сооружения»	

					Практическая работа № 2 «Средства индивидуальной защиты»	
			Проверочная работа № 2 по теме «Средства индивидуальной защиты»			
					Практическая работа № 3 «Отработка правил эвакуации из школы»	3.12
4.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10		Тест № 6 «Инфекционные заболевания»	»	
				тест № 7 «Здоровый образ жизни»		
				Тест № 8 по теме Биологические ритмы , двигательная активность»		
					зачет № 1 «Двигательная активность»	
			Проверочная работа № 3 по теме « Здоровый образ жизни и его составляющие»			
5.	Основы военной службы	12			Словарный диктант № 1 «Основные функции и задачи ВС»	
					Зачет № 2 «Виды ВС, рода войск, история создания и предназначение»	
				Тест № 9 «Основы военной службы»		
			Проверочная работа № 4 по теме Символы воинской чести -			

УИНМ – урок изучения нового материала
ЗУН – знания умения, навыки

КУ – комбинированный урок

**Поурочно-тематическое планирование
уроков ОБЖ в 10 классе
(учебник А.Т.Смирнов «ОБЖ- 10»)**

Общее количество по предмету из расчета 1 часа в неделю – 35 час, учитель: Зарипова Р.З.

Дата	№ урока	Тема урока	Тип, форма урока	Содержание учебного материала	Выполнение требований стандарта		Формы контроля	Методическое обеспечение	Домашнее задание
					Знания	Умения			
	Раздел 1 <u>Безопасность и защита человека в опасных ЧС</u>								
	1	Правила поведения в условиях автономного существования	ПР	Причины попадания человека в условиях вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению. Правила ориентирования на местности, обеспечение водой, пищей	Знать об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.	Уметь называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях	Практическая работа № 1	Схемы, таблицы	§ 1.1

	2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	КУ	Возможные ситуации при встрече с незнакомцами на улице, общественном транспорте, подъезде дома. Правила безопасного поведения в местах массового скопления людей.	Знать правила поведения в криминогенных ситуациях.	Уметь: – объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера; – использовать приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности	Тест № 1	Схемы, таблицы	§1.2
	3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	КУ	Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний.	Знать об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.	Уметь использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых	устный опрос	Схемы, таблицы,	§.1.3
	4	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	КУ	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. Характеристика наиболее вероятных для данной местности ЧС природного и техногенного характера.	Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения	тест № 2	Схемы, таблицы	§1.4

	5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.	УИИМ	РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС.	Знать предназначение, структуру и задачи РСЧС	Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи	устный опрос	Схемы, таблицы	§1.5
	6	Законы и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	КУ	Положения Конституции РФ, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы РФ, направленные на обеспечение безопасности граждан	Знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Уметь использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи	тест № 3	Плакаты, карточки	§1.6
<u>Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны</u>									
	7	Гражданская оборона, основные понятия и задачи	контроль знаний	ГО .История её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей .Организация управления ГО .Структура управления и органы управления ГО.	Знать о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.	Уметь использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	Проверочная работа № 1	Плакаты, карточки	§2.1
	8	Современные средства поражения, их поражающие факторы.	КУ	Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного оружия. Химическое оружие. Классификация ОВ по предназначению и воздействию на органы. Бактериологическое оружие .Современные средства поражения, их поражающие факторы.	Иметь представление о современных средствах поражения и их поражающих факторах.	Уметь предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления	тест № 4	Карточки, схемы, таблицы	§ 2.2

9	Оповещение населения об опасностях.	КУ	Система оповещения населения о ЧС. Порядок подачи сигнала «Внимание всем». Передача речевой информации о ЧС, примерное её содержание. Действия населения по сигналам оповещения о ЧС.	Знать способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.	Уметь действовать в чрезвычайных ситуациях	тест № 5	Карточки, схемы, таблицы	§.2.3
10	Организация индивидуальной защиты населения.	КУ	Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений ГО. 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.	словарный диктант № 1	Плакаты, карточки	§2.4
11	Средства индивидуальной защиты.	ПР	Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.	Знать основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики.	Уметь владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)	практическая работа № 2	Плакаты, респиратор, противогаз, ОЗК	§ 2.5
12	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.	контроль знаний	Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зоне ЧС. Организация аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания в зонах поражения.	Знать об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.	Уметь использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	Проверочная работа № 2	Алгоритм действия при аварийно-спасательных работах	§2.6
13	Организация ГО в образовательном учреждении	ПР	Организация ГО в общеобразовательном учреждении, её предназначение. Оработка правил. План ГО общеобразовательного учреждения. Обязанности обучающихся.	Знать об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС.	Уметь действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»	практическая работа № 3	Схемы, таблицы	§2.7

<u>Основы здорового образа жизни</u>									
	14	Сохранение и укрепление здоровья.	УИНМ	Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Критерии здоровья .Влияние окружающей среды на здоровье и жизнедеятельность .Укрепление здоровья.	Знать основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	устный опрос	Схемы, таблицы	§3.1
	15	Инфекционные заболевания, их классификация	КУ	Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи .Классификация инфекционных заболеваний .Понятие об иммунитете.	Знать об основные принципах классификации инфекционных заболеваний	Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний	тест № 6	Схемы, таблицы	§3.2
	16	Основные инфекционные заболевания, их профилактика	КУ	Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекций. Профилактика инфекционных заболеваний.	Знать об основные принципах профилактики инфекционных заболеваний.	Уметь использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний	устный опрос	схемы, карточки, таблицы	§3.2
	17	Факторы, влияющие на здоровье	УИНМ	Здоровый образ жизни- индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранения здоровья.	Знать основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	устный опрос	карточки, таблицы	§.4.1

	18	Основные составляющие здорового образа жизни		. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека. Работоспособность. Элементы жизнедеятельности.	Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	тест № 7	таблицы, схемы	§4.2
	19	Биологические ритмы.	УИНМ	Основные понятия о биологических ритмах человека	Знать основные составляющие здорового образа жизни.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	устный опрос	таблицы, схемы	§4.2
	20	Влияние биологических ритмов на работоспособность человека		Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учёт биоритмов на распределение нагрузок	Знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	тест № 8	таблицы, схемы	§4.2
	21	Значение двигательной активности организма для здоровья человека.	КУ	Значение двигательной активности для здоровья человека, Занятие физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности, долголетия.	Знать о факторах, способствующих укреплению здоровья.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	зачет № 1	Таблицы. Схемы.	§4.3
	22	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	КУ	Вредные привычки и их социальные последствия. Влияние алкоголя, курения, наркотиков на здоровье.	Знать о вредных привычках–факторах, разрушающих здоровье.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	устный опрос	таблицы, схемы	§4.4
	23	Профилактика вредных привычек	КУ	Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту	Знать о профилактике вредных привычек.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	проверочная работа № 3	таблицы, схемы	§4.4

Боевые традиции Вооруженных сил России.

	24 25	История создания ВС России.	ЗУН	Организация ВС от Ивана Грозного до создания массовой армии. Создание советских ВС. ВС Российской Федерации.	Иметь представление об истории создания Вооруженных Сил России.	. Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	устный опрос	презентация, таблицы, схемы	§5.1
	26	Организационная структура ВС России.	УИНМ	Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск	Иметь представление об организационной структуре ВС РФ	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	устный опрос	таблицы, схемы	§5.2
	27	Функции и задачи современных ВС их роль в обеспечении безопасности	УИНМ	ВВС, история создания, предназначение. Войска ПВО. история создания, предназначение. ВМФ, история создания, предназначение.	Знать функции и основные задачи современных Вооруженных Сил	Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	словарный диктант № 2	таблицы, схемы карточки,	§5.2
	28	Виды ВС, рода войск..История создания и предназначение	КУ	ВС- государственная организация, составляющая основу обороны страны. Реформа ВС.	Знать состав и предназначение ВС РФ.	Владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе	зачет № 2	таблицы, схемы карточки,	§5.3
	29 30	Другие войска, их состав и предназначение	ЗУН	Пограничные войска, внутренние войска, войска ГО их состав и предназначение.	Знать состав и предназначение ВС РФ.	Уметь оценивать уровень своей подготовленности к военной службе	устный опрос	таблицы, схемы карточки,	§5.4
	31	Патриотизм и верность воинскому долгу.	УИНМ	Патриотизм-основа личности военнослужащего-защитника Отечества.	Знать о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	устный опрос	таблицы, схемы карточки,	§6.1

	32	Памяти поколений- дни воинской славы России	УИНМ	Дни воинской славы. Основные формы увековечивания памяти российских воинов.	Знать о днях воинской славы и о формах увековечения памяти.	Уметь: – отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	тест № 9	таблицы, схемы карточки,	§6.2
	33	Дружба, войсковое товарищество- основа боевой готовности .	КУ	Особенности воинского коллектива. Значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни .Войсковое товарищество.	Иметь представление о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений	Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы	устный опрос	таблицы, схемы карточки,	§6.3
<u>Символы воинской чести</u>									
	34	Боевое знамя воинской части- символ воинской чести, доблести, славы.	контроль знаний	Боевое знамя .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	проверочная работа № 4	таблицы, схемы карточки,	§ 7.1
	35	Ордена- почетные награды .	УИНМ	История государственных наград за военные отличия. Государственные награды СССР и России.	Иметь представление об основных государственных наградах.	Уметь отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды	устный опрос	Таблицы. Схемы.	§ 7.2