# Тематическое планирование

Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией А.Т.Смирнова: А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников « Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс» М .Просвещение, 2012г.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **ТЕМА** | **Количество часов** | | |
| **Лекции** | **Контрольные работы** | **Всего часов** |
| **1** | **Основы безопасности личности, общества и государства** |  | | **15** |
| 1.1 | **Основы комплексной безопасности:** | **13** |  |  |
| Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 5 | 1 | 6 |
| Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций | 4 |  | 4 |
| Современный комплекс проблем безопасности социального характера | 2 | 1 | 3 |
| 1.2 | Защита населения от чрезвычайных ситуаций | 2 |  | 2 |
| **2** | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **6** |  | **9** |
| 2.1 | **Основы здорового образа жизни:** |  |  |  |
| Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний | 2 |  | 2 |
| Здоровы образ жизни и его составляющие | 2 |  | 2 |
| 2.2 | Оказание первой медицинской помощи | 4 | 1 | 5 |
| **3** | **Обеспечение военной безопасности государства** | **8** |  | **8** |
|  | **Основы обороны государства:** |  |  |  |
| Гражданская оборона – составляющая часть обороноспособности страны | 3 | 1 | 4 |
| Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества | 1 |  | 1 |
| Виды ВС РФ и рода войск | 2 |  | 2 |
| Боевые традиции ВС России | 1 |  | 1 |
| **4** | **Повторение** | **1** | **1** | **2** |
| **Итого** | | **29** | **5** | **34** |

# Содержание учебного предмета

**1. Основы безопасности личности, общества и государства – 15 часов**

**1.1 Основы комплексной безопасности – 13часов**

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 6 часов

Автономное пребывание человека в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций – 4 часа

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Обеспечение личной безопасности в условия чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Современный комплекс проблем безопасности социального характера – 3 часа

Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и конфликтов. Международный терроризм. Виды террористических актов. Нарконизм и национальная безопасность России

1.2 Защита населения от чрезвычайных ситуаций – 2 часа

Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

**2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 9 часов**

**2. 1 Основы здорового образа жизни –** 5 часов

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний – 2 часа

Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки ко взрослой жизни. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Здоровы образ жизни и его составляющие – 2 часа

Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.

**2.2 Оказание первой медицинской помощи – 5 часов**

Виды травм. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Правила оказания ПМП при переломах, ранениях, ушибах, вывихах, обморожении и солнечном ударе, отравлении.

**3 Обеспечение военной безопасности государства – 8 часов**

**3.1 Основы обороны государства – 8 часов**

Гражданская оборона – составляющая часть обороноспособности страны – 4часа

Гражданская оборона. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Инженерная защита населения. Средства индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.

Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества – 1 час

История создания ВС РФ. Дни воинской славы России. Состав ВС РФ.

Виды ВС РФ и рода войск – 2 часа

Сухопутные войска, ВВС, ВМФ, РВСН, ВДВ, космические войска.

Боевые традиции ВС России – 1 час

Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба и войсковое товарищество.

**Повторение курса ОБЖ 10 класс**

# Планируемые РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен

**Знать/понимать:**

основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;

потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствие и правила личной безопасности;

меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;

наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

организацию защиты населения от ЧС природного и техногенного характера в Российской Федерации;

права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;

рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и ЧС;

приемы и правила оказания первой медицинской помощи;

**уметь:**

доступно объяснить значения здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;

предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей:

перечислять последовательность действий при оповещении о возникновении угрозы ЧС и во время ЧС:

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, невосприимчивости к вредным привычкам;

обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;

безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;

подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, дальний и выездной туризм);

проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;

оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

# Календарно тематическое планирование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **дата** | | | **Основные понятия** | | **Оборуд-ие** | | | **Практикум** | | | **Д\З** | | |
| **план.** | **факт.** | |
| **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 6 часов** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Автономное пребывание человека в природной среде | 1.9 |  | | Добровольная и вынужденная автономия, активный туризм, разработка похода, азимут, ориентирование, ПДД, ДТП, пешеход, водитель, пассажир, дорога, криминогенная ситуация, профилактика насилия, теракт, завал, правила поведения при взрыве, УК РФ | | Компас, карта, ПК, проектор | Определение сторон света | | | **§ 1, 2** | | |
| 2 | Личная безопасность на дорогах | 8.9 |  | | ПК, проектор |  | | | **§ 3** | | |
| 3 | Личная безопасность в криминогенных ситуациях | 15.9 |  | | ПК, проектор | Приемы самообороны | | | **§ 4** | | |
| 4 | Личная безопасность при угрозе теракта | 22.9 |  | | ПК, проектор |  | | | **§ 5** | | |
| 5 | Уголовная ответственность несовершеннолетних | 29.9 |  | | ПК, проектор |  | | | **§ 6** | | |
| 6 | Контрольная работа (тест) «Личная безопасность в повседневной жизни» | 6.10 |  | | ПК, проектор |  | | |  | | |
| **Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций – 4 часа** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | ЧС природного характера | 13.10 |  | | Чрезвычайная ситуация, землетрясение, ценами, наводнение, ураган, буря, смерч, лесной пожар, шкала Меркали, авария, катастрофа, опасный объект, рекомендации по безопасности при ЧС, оповещение | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 7** | | |
| 8 | Рекомендации по личной безопасности в природных ЧС | 20.10 |  | | ПК, проектор | | | Эвакуация | | | **§ 8** | | |
| 9 | ЧС техногенного характера | 27.10 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 9** | | |
| 10 | Рекомендации по личной безопасности в техногенных ЧС | 10.11 |  | | ПК, проектор | | | Эвакуация | | | **§ 10** | | |
| 11 | Военные угрозы национальной безопасности России | 17.11 |  | | Оборона государства, внешние и внутренние угрозы, локальная, региональная, крупномасштабная война, международный терроризм, деятельность наркобизнеса | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 11, 12** | | |
| 12 | Международный терроризм | 24.11 |  | | ПК, проектор |  | | | **§ 13-15** | | |
| 13 | Контрольная работа «ЧС и терроризм» | 1.12 |  | |  | | ПК, проектор |  | | |  | | |
| 14 | Законы РФ по обеспечению безопасности | 8.12 |  | Конституция, федеральные законы и акты, РСЧC | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 16** | | |
| 15 | РСЧС, ее структура и задачи | 15.12 |  | ПК, проектор | | |  | | | **§ 17** | | |
| 16 | Сохранение и укрепление здоровья. Основные инфекционные заболевания | 22.12 |  | | Физическое развитие, медицинское освидетельствование, инфекционные болезни, вирусы, профилактика, иммунитет, прививка, составляющие здорового образа жизни, биоритмы, утомление, самоконтроль, закаливание, вредные привычки | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 18-19** | | |
| 17 | Здоровый образ жизни. Биоритмы | 29.12 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 20-21** | | |
| 18 | Двигательная активность. Вредные привычки | 12.1 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 22-23** | | |
| 19 | Контрольная работа « Основы ЗОЖ» | 19.1 |  | | ПК, проектор | | |  | | |  | | |
| 20 | Виды травм. Правила оказания ПМП | 26.1 |  | | Артериальное, венозное, капиллярное, внутреннее, наружное кровотечение. Перелом, вывих, ушиб, обморожение, утопление, тепловой удар, ожог. Повязки. Антисептики, наложение жгута, иммобилизация. | | ПК, проектор | | |  | | |  | | |
| 21 | Оказание ПМП при переломах, ушибах, вывихах | 2.2 |  | | ПК, проектор | | | Оказание ПМП | | |  | | |
| 22 | Оказание ПМП при отравлении | 9.2 |  | | ПК, проектор | | | Оказание ПМП | | |  | | |
| 23 | Оказание ПМП при обморожении, утоплении, тепловом ударе | 16.2 |  | | ПК, проектор | | | Оказание ПМП | | |  | | |
| 24 | Контрольная работа «Оказание ПМП» | 2.3 |  | | ПК, проектор | | |  | | |  | | |
| **Основы обороны государства – 8 часов** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | Гражданская оборона | 16.3 |  | | Гражданская оборона, защита населения, обычные средства поражения, ядерное, химическое, бактериологическое, высокоточное оружие, поражающие факторы, система оповещения населения, убежища, ПРУ, укрытия, противогаз, ОЗК, спецодежда, АИ-2, аварийно-спасательные работы.  Регулярная армия, дни воинской славы России, ВДВ, ВВС, ВМФ, РВСН, сухопутные войска, космические войска, внутренние войска, войска гражданской обороны | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 24** | | |
| 26 | Основные виды оружия и их поражающие факторы | 23.3 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 25-26** | | |
| 27 | Инженерная защита населения. Средства индивидуальной защиты | 6.4 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 27, § 28** | | |
| 28 | Организация спасательных работ в зоне ЧС | 13.4 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 29-30** | | |
| 29 | Вооруженные Силы России | 20.4 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 31-33** | | |
| 30 | Виды ВС РФ и рода войск | 27.4 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 34-40** | | |
| 31 | Итоговая контрольная работа | 4.5 |  | | ПК, проектор | | |  | | |  | | |
| 32 | Боевые традиции ВС России | 11.5 |  | | ПК, проектор | | |  | | | **§ 41-42** | | |
| 33 | Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба и войсковое товарищество. | 18.5 |  | |  | |  | | |  | | | **§ 43** | | |
| 34 | **Повторение ОБЖ 8 класс** | 25.5 |  | |  | |  | | |  | | |  | | |