

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 149 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета  
ГБОУ СОШ № 149  
Протокол № 4 от 27.08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 100 от 28.08.2020г.  
Директор ГБОУ СОШ № 149  
Степанова Е.В.



Рабочая программа по  
**Основам безопасности  
жизнедеятельности**

(Наименование предмета в соответствии с учебным планом)

Для 10 классов

Ф.И.О. учителя: Сафронов Александр Владимирович  
Педагогический стаж: 4 года  
Квалификационная категория: первая

Санкт-Петербург  
2020 год

## **Аннотация**

Рабочая программа включает в себя тематическое и поурочное планирование к учебнику А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова «Основы Безопасности Жизнедеятельности», изучается в течение 1 учебного года по 1 часу в неделю, в общем объеме 34 учебных недели. Курс ОБЖ в 10 классе продолжает одноименный курс в начальной школе и является преемственным по отношению к курсам физической культуры, географии, биологии.

Программа написана с учетом психолого-педагогических особенностей развития детей 15-17 лет, связанных с переходом от учебных действия, характерных для начальной школы, к новой внутренней позиции обучающегося – направленности на самостоятельный познавательный поиск, постановку учебных целей.

В планировании изложены задачи тем уроков, указаны основные методы и технологии обучения, виды и формы контроля, основные требования к знаниям и умениям учащихся, а также рекомендуемые для проведения лабораторные работы, способствующие эффективному усвоению учебного материала и активизации познавательной деятельности учащихся.

Предлагаемые методические материалы дадут возможность обеспечить внутрипредметные и межпредметные связи и позволят учителю более осмысленно отбирать факты, понятия, доказательства, обобщения, главные идеи и зависимости, четко организовывать практическую деятельность учеников, планомерно осуществлять контроль знаний.

Текущая программа позволит учителю способствовать формированию различных познавательных, коммуникативных, регулятивных и личностных УУД.

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа подготовлена в соответствии с содержанием школьной программы (УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов общеобразовательных организаций под редакцией А.Т. Смирнова), новой концепцией образования и с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, действующим учебным планом, а также обязательным минимумом содержания образования по предмету ОБЖ.

Данная программа позволяет проводить занятия с использованием дистанционных технологий.

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса составлена на основе:

1. Закона об образовании Российской Федерации № 273 – ФЗ от 29.12.12 (с изменениями и дополнениями).
2. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.
3. Устава ГБОУ СОШ № 149.
4. Основной образовательной программы «ГБОУ средняя общеобразовательная школа №149» Калининского района, г. Санкт-Петербург.
5. Календарным графиком ГБОУ средней общеобразовательной школы № 149 Калининского района Санкт Петербурга.
6. Примерной программы среднего общего образования по ОБЖ для 10 класса.
7. Учебно-методического комплекса по ОБЖ.

**Данная программа ориентирована на использование УМК:**

- ОБЖ. 10кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под. ред. А.Т.Смирнова . – М.: Просвещение, 2016. – 367с.: ил.
- ОБЖ. 10кл.: Учебник для общеобразовательных организаций /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под.ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2018. – 367с.: ил.
- <https://infourok.ru>- Методические пособия для учителей. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для ДООУ, школ, вузов (программы, учебники).
- <https://nsportal.ru> - Методические пособия для учителей. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для ДООУ, школ, вузов (программы, учебники).

**Целью учителя является:**

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. Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;

- эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;
- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

### **Результаты освоения курса ОБЖ в 10 классе**

Требования к результатам освоения курса ОБЖ в основной школе определяются ключевыми задачами общего образования, отражающими индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.

#### ***Личностными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:***

- 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.

#### ***Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в 10 классе являются:***

При изучении учебных предметов обучающиеся совершенствуют приобретенные на первом уровне навыки работы с информацией и пополняют их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое сверивание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и/или дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности. В процессе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные задаче средства, принимать решения, в том числе в ситуациях неопределенности. Они получают возможность развить способности к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, анализу результатов поиска и выбору наиболее приемлемого решения.

Перечень ключевых межпредметных понятий определяется в ходе разработки основной образовательной программы основного общего образования образовательной организации в зависимости от материально-технического оснащения, используемых методов работы и образовательных технологий.

В соответствии с ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

### **Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

### **Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

### **Коммуникативные УУД:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### ***Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:***

#### **1. В познавательной сфере:**

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях;

- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;

- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

- об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- о здоровом образе жизни;
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

#### 2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения 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 выработать 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.

#### 3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

#### 4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

#### 5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

#### 6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Структура содержания учебного материала построена по модульному принципу и включает в себя два модуля: «Основы безопасности личности, общества и государства» и «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

### **Структура курса:**

## **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

#### **Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

- 1. Автономное пребывание человека в природной среде
- 2. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде
- 3. Обеспечение личной безопасности на дорогах
- 4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

#### **Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций**

- 5. Чрезвычайные ситуации природного характера и их и возможные последствия

- 6. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера
- 7. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия
- 8. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных техногенного характера

### **Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера**

- 9. Военные угрозы национальной безопасности России
- 10. Характер современных войн и вооруженных конфликтов

## **Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**

### **Глава 4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**

- 11. Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях
- 12. Единая государственная система предупреждения или ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи

## **Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

### **Глава 5. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства по обеспечению безопасности личности, общества и государства**

- 13. Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия
- 14. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния
- 15. Экстремизм и экстремистская деятельность.

### **Глава 6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации**

- 17. Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации, Федеральных законов «О противодействии терроризму» и «О противодействии экстремистской деятельности»
- 18. Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации

### **Глава 7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму**

- 19. Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения
- 20. Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления

### **Глава 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности**

- 21. Уголовная ответственность за террористическую деятельность
- 22. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности

### **Глава 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта**

- 23. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта

## **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **Раздел IV. Основы здорового образа жизни**

#### **Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных болезней**

- 24. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности
- 25. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика

#### **Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие**

- 26. Здоровый образ жизни
- 27. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

- 28. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека
- 29. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек

### **Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства**

#### **Раздел VI. Основы обороны государства**

##### **Глава 12. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны**

- 30. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны
- 31. Основные виды оружия и их поражающие факторы
- 32. Оповещение и информирование населения чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени
- 33. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени
- 34. Средства индивидуальной защиты
- 35. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации
- 36. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении

##### **Глава 13. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества**

- 37. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации
- 38. Памяти поколений – дни воинской славы России
- 39. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации

##### **Глава 14. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации**

- 40. Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск
- 41. Военно-космические силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВКС
- 42. Военно-Морской Флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ
- 43. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН
- 44. Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение
- 45. Другие войска, воинские формирования и органы, привлекаемые к обороне страны

##### **Глава 15. Боевые традиции Вооруженных Сил России**

- 46. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества
- 47. Дружба и воинское товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений

#### **Раздел VII. Основы военной службы**

##### **Глава 16. Размещение и быт военнослужащих**

- 48. Размещение военнослужащих
- 49. Распределение времени и повседневный порядок
- 50. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих

##### **Глава 17. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда**

- 51. Суточный наряд. Общие положения
- 52. Обязанности дежурного по роте
- 53. Обязанности дневального по роте

##### **Глава 18. Организация караульной службы**

- 54. Организация караульной службы. Общие положения
- 55. Часовой и его неприкосновенность
- 56. Обязанности часового

##### **Глава 19. Строевая подготовка**

- 57. Строй и управление ими
- 58. Строевые приемы и движения без оружия
- 59. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении
- 60. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него



- 61. Строи отделения, развернутый строй, походный строй
- 62. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении

#### **Глава 20.** Огневая подготовка

- 63. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова
- 64. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова
- 65. Приемы и правила стрельбы из автомата

#### **Глава 21.** Тактическая подготовка

- 66. Современный бой
- 67. Обязанности солдата в бою

### **Планируемые результаты освоения**

**Планируемые результаты освоения** рабочей программы курса ОБЖ для учащихся 10-х классов:

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 10-го класса *должен знать*:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от всех видов угроз;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- правила поведения при угрозе землетрясения;
- государственную политику противодействия наркомании;
- основные меры по профилактике наркомании.
- основы обороны государства
- основы военной службы
- основы противодействия терроризму и экстремизму

Ученик 10-го класса *должен уметь*:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны *обладать компетенциями* по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера;
  - подготовки и участия в различных видах отдыха в природных условиях;
  - оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
  - выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова

**Личностные, предметные и метапредметные результаты** рабочей программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-х классов

*Личностными результатами* обучения являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от всех видов 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.

*Метапредметными результатами* обучения являются:

- овладение умениями формировать личные понятия о безопасности, анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций, обобщать и сравнивать последствия 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 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 чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развивать умение 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.

*Предметными результатами* обучения ОБЖ являются:

**Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;

- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- действовать в чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при тепловом ударе;
- выполнять строевые приемы и движения без оружия

**Выпускник получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- Ориентироваться в вопросах семейного права;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;

- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

### **Система оценки достижения планируемых результатов**

**Система оценки достижения планируемых результатов** освоения рабочей программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» учащихся 10-х классов представляет собой один из инструментов реализации требований Стандарта к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, направленный на обеспечение качества образования и предполагает вовлеченность в оценочную деятельность, как педагогов, так и обучающихся.

**Основными функциями системы оценки** являются ориентация образовательного процесса по курсу ОБЖ на достижение планируемых результатов освоения рабочей программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-х классов и обеспечение эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

**Основным объектом системы оценки результатов** выступают требования Стандарта, которые конкретизируются в планируемых результатах освоения обучающимися рабочей программы курса ОБЖ в 10 классе.

Итоговая оценка результатов освоения рабочей программы курса «Основы безопасного поведения» учащихся 10-х классов **определяется** по результатам промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

**Результаты промежуточной аттестации** представляют собой результаты внутришкольного мониторинга индивидуальных образовательных достижений обучающихся, которые *отражают динамику* формирования их способности к решению учебно-практических и учебно-познавательных задач по основам безопасности жизнедеятельности. Промежуточная аттестация осуществляется в ходе совместной оценочной деятельности педагогов и обучающихся, т. е. является *внутренней оценкой*.

**Внешняя оценка** характеризует уровень достижения предметных и метапредметных результатов освоения рабочей программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» учащихся 10-х классов (участие в олимпиадах, конкурсах, мероприятиях различного уровня и т.п.) и осуществляется внешними органами.

**Основными объектами содержательной и критериальной базой итоговой оценки** подготовки учащихся 10-х классов школы по курсу ОБЖ выступают планируемые результаты, составляющие содержание блоков «Ученик научится». Система оценки достижения планируемых результатов предполагает **комплексный подход** к оценке всех трех групп результатов обучения учеников 10-ого класса: личностных, метапредметных и предметных.

### **Особенности оценки личностных результатов**

Оценка личностных результатов представляет собой оценку достижения обучающимися в ходе их личностного развития планируемых результатов, представленных в разделе «Личностные универсальные учебные действия» рабочей программы. Формирование личностных результатов обеспечивается в ходе реализации всех компонентов, включая внеурочную деятельность, реализуемую семьей и школой.

**Основным объектом оценки личностных результатов** служит сформированность универсальных учебных действий, включаемых в следующие три основных блока:

- 1) сформированность основ гражданской идентичности личности;
- 2) готовность к переходу к самообразованию на основе учебно-познавательной мотивации;
- 3) сформированность социальных компетенций, включая ценностно-смысловые установки и моральные нормы, опыт социальных и межличностных отношений, правосознание.

В соответствии с требованиями Стандарта достижение личностных результатов не выносится на итоговую оценку обучающихся, а является предметом оценки эффективности воспитательно-образовательной деятельности по курсу ОБЖ. При изучении курса основ безопасности жизнедеятельности оценка сформированности отдельных личностных результатов, проявляется:

- прилежании и ответственности за результаты обучения;
- готовности и способности делать осознанный выбор своей образовательной траектории;
- ценностно-смысловых установках, формируемых средствами рабочей программы курса ОБЖ для учащихся 10-х классов.

### **Особенности оценки метапредметных результатов**

Формирование метапредметных результатов обеспечивается за счет основных компонентов курса ОБЖ.

#### **Основным объектом оценки метапредметных результатов является:**

- способность и готовность к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению лично и социально значимых проблем и воплощению найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии.

Кроме того, источником данных о достижении отдельных метапредметных результатов могут служить результаты выполнения тематических проверочных работ по ОБП.

### **Особенности оценки предметных результатов**

Оценка предметных результатов представляет собой оценку достижения обучающимися планируемых результатов по курсу ОБЖ за 10-й класс. Формирование этих результатов обеспечивается за счет основных компонентов рабочей программы курса ОБЖ учащихся 10-х классов. **Основным объектом оценки предметных результатов** в соответствии с требованиями ФГОС является способность к решению

учебно-познавательных и учебно-практических задач по курсу основ безопасности жизнедеятельности, основанных на изучаемом учебном материале, с использованием способов действий, в том числе - метапредметных (познавательных, регулятивных, коммуникативных) действий.

**Система оценки предметных результатов** освоения рабочей программы по курсу ОБЖ для учащихся 10-х классов с учетом уровневого подхода, **предполагает выделение базового уровня достижений** как точки отсчета при построении всей системы оценки и организации индивидуальной работы с обучающимися. Реальные достижения обучающихся могут соответствовать базовому уровню, а могут отличаться от него как в сторону превышения, так и в сторону недостижения. Согласно настоящей программе для оценки достижений обучающихся установлено **четыре уровня**:

- 1) **базовый уровень - отметка «удовлетворительно» (или отметка «3»)**
- 2) **повышенный уровень - отметка «хорошо» (отметка «4»);**
- 3) **высокий уровень - отметка «отлично» (отметка «5»);**
- 4) **пониженный уровень - отметка «неудовлетворительно» (отметка «2»);**

**Превышение базового уровня** свидетельствует об усвоении опорной системы знаний по курсу ОБЖ в 10-ом классе на уровне осознанного произвольного овладения учебными действиями, а также о кругозоре, широте (или избирательности) интересов. Повышенный и высокий уровни достижения отличаются по полноте освоения планируемых результатов, уровню овладения учебными действиями и сформированностью интересов к освоению курса основ безопасности жизнедеятельности.

**Недостижение базового уровня** (пониженный и низкий уровни достижений) фиксируется в зависимости от объема и уровня освоенного и неосвоенного содержания предмета ОБЖ согласно рабочей программе. Пониженный уровень достижений свидетельствует об отсутствии систематической базовой подготовки по курсу ОБЖ, о том, что учеником не освоено даже и половины планируемых результатов, которые осваивает большинство обучающихся; о том, что имеются значительные пробелы в знаниях по основам безопасности жизнедеятельности, дальнейшее обучение затруднено. При этом обучающийся может выполнять отдельные задания повышенного уровня. Данная группа обучающихся требует специальной диагностики затруднений в обучении, пробелов в системе знаний по курсу ОБЖ и оказании целенаправленной помощи в достижении базового уровня.

Низкий уровень освоения планируемых результатов свидетельствует о наличии только отдельных отрывочных фрагментарных знаний по основам безопасности жизнедеятельности, дальнейшее обучение практически невозможно. Учащиеся, которые демонстрируют низкий уровень достижений, требуют специальной помощи не только по предмету ОБЖ, но и по формированию мотивации к обучению, развитию интереса к изучаемой предметной области, пониманию значимости предмета для жизни и здоровья человека. Только наличие положительной мотивации может стать основой ликвидации пробелов в обучении для данной группы обучающихся.

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

#### **Примерные критерии к оцениванию устных и письменных ответов**

Ответ оценивается **отметкой «5»**, если ученик в целом:

- раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой;

- изложил материал грамотным языком в определённой логической последовательности, точно используя терминологию, факты и аргументы, даты, определения и др.;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных вопросов, устойчивость используемых умений и навыков;
- отвечал самостоятельно, без наводящих вопросов учителя.

Ответ оценивается **отметкой «4»**, если он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены незначительные пробелы, не исказившие содержание ответа
- применялись не все требуемые теоретические знания, умения
- допущены несущественная ошибка, один-два недочёта при освещении основного содержания ответа, исправленные после замечания учителя.

**Отметка «3»** ставится в одном из следующих случаев:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;
- изложение материала было недостаточно самостоятельным (простой пересказ учебника), несистематизированным, аргументация слабая, речь бедная
- материал частично усвоен, но умения не проявлены в полной мере, ученик не справился с применением знаний при выполнении задания в новой ситуации.

**Отметка «2»** ставится в следующих случаях:

- не раскрыто главное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание учеником большей или наиболее важной части учебного материала;
- допущены существенные ошибки в изложении фактов, определении понятий, в суждениях и выводах, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов учителя.

### **Примерные критерии оценивания тестов**

Используется гибкая система оценивания результатов тестирования, при которой **ученик имеет право на ошибку:**

90 – 100 % от максимальной суммы баллов – оценка “5”

90 – 75 % – оценка “4”

75 – 55 % – оценка “3”

Менее 55% – оценка “2”

### **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.

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



**Оценка письменных контрольных \ самостоятельных \ проверочных 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  $\frac{2}{3}$  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  $\frac{2}{3}$  всей работы.

## Календарно-тематическое планирование

### 10-А

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема урока	Форма контроля
1			Обеспечение личной безопасности на дорогах. ПДД в условиях Мегалополиса.	
2			Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.	
3			Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	
4			Уголовная ответственность несовершеннолетних	
5			ЧС природного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в ЧС природного характера.	
6			ЧС техногенного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в ЧС техногенного характера.	
7			Военные опасности и военные угрозы	
8			Характерные черты и особенности современных военных конфликтов	
9			Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС ( РСЧС)	
10			Терроризм и террористическая деятельность. Цели и последствия. Факторы способствующие вовлечению в террористическую деятельность.	
11			Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные направления противодействию террористической и экстремистской деятельности.	
12			Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ. Положения конституции РФ, концепции противодействия терроризму в РФ.	
13			Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.	
14			Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	
15			Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки к службе и труду. Основные инфекционные болезни, их профилактика	
16			ЗОЖ. Биологические ритмы.	
17			Значение двигательной активности. Вредные	

			привычки. Профилактика вредных привычек.	
18			Грожданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	
19			Основные виды оружия и их поражающие факторы.	
20			Оповещение и информирование о ЧС мирного и военного времени.	
21			СИЗ ( Средства индивидуальной защиты)	
22			Вооруженные Силы РФ. История создания Вооруженных Сил РФ	
23			Состав Вооруженных Сил, Управление ВС РФ.	
24			Сухопутные войска, их состав и предназначение.	
25			Воздушно-космические силы, их состав и предназначение.	
26			Военно-морской флот, его состав и предназначение.	
27			Ракетные войска стратегического назначения ( РВСН), их состав и предназначение.	
28			ВДВ, их состав и предназначение. Другие войска, их состав и предназначение	
29			Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества Памяти поколений – дни воинской славы России.	
30			Организация караульной службы. Часовой и его неприкосновенность.	
31			Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	
32			Порядок неполной разборки сборки автомата Калашникова.	
33			Современный бой. Обязанности солдата в бою.	
34			Основы военной службы. Размещение и быт военнослужащих.	

## Календарно-тематическое планирование

### 10 -Б

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема урока	Форма контроля
1			Обеспечение личной безопасности на дорогах. ПДД в условиях Мегалополиса.	
2			Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.	
3			Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	
4			Уголовная ответственность несовершеннолетних	
5			ЧС природного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в ЧС природного характера.	
6			ЧС техногенного характера и их возможные последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в ЧС техногенного характера.	
7			Военные опасности и военные угрозы	
8			Характерные черты и особенности современных военных конфликтов	
9			Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС ( РСЧС)	
10			Терроризм и террористическая деятельность. Цели и последствия. Факторы способствующие вовлечению в террористическую деятельность.	
11			Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные направления противодействию террористической и экстремистской деятельности.	
12			Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ. Положения конституции РФ, концепции противодействия терроризму в РФ.	
13			Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремистской деятельности.	
14			Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	
15			Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки к службе и труду. Основные инфекционные болезни, их профилактика	
16			ЗОЖ. Биологические ритмы.	
17			Значение двигательной активности. Вредные	

			привычки. Профилактика вредных привычек.	
18			Грожданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	
19			Основные виды оружия и их поражающие факторы.	
20			Оповещение и информирование о ЧС мирного и военного времени.	
21			СИЗ ( Средства индивидуальной защиты)	
22			Вооруженные Силы РФ. История создания Вооруженных Сил РФ	
23			Состав Вооруженных Сил, Управление ВС РФ.	
24			Сухопутные войска, их состав и предназначение.	
25			Воздушно-космические силы, их состав и предназначение.	
26			Военно-морской флот, его состав и предназначение.	
27			Ракетные войска стратегического назначения ( РВСН), их состав и предназначение.	
28			ВДВ, их состав и предназначение. Другие войска, их состав и предназначение	
29			Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества Памяти поколений – дни воинской славы России.	
30			Организация караульной службы. Часовой и его неприкосновенность.	
31			Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	
32			Порядок неполной разборки сборки автомата Калашникова.	
33			Современный бой. Обязанности солдата в бою.	
34			Основы военной службы. Размещение и быт военнослужащих.	

### **Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий программу.**

- ОБЖ. 10кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под. ред. А.Т.Смирнова . – М.: Просвещение, 2016. – 367 с.: ил.
- ОБЖ. 10кл.: Учебник для общеобразовательных организаций /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под. ред. А.Т.Смирнова . – М.: Просвещение, 2018. – 367 с.: ил.

### **Сайты по ОБЖ**

1. <https://infourok.ru> - Методические пособия для учителей. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для ДОУ, школ, вузов (программы, учебники).

2. <https://nsportal.ru> - Методические пособия для учителей. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для ДОУ, школ, вузов (программы, учебники).

В настоящем документе прошито,  
пронумеровано и скреплено печатью  
21 (двадцать один) листа(ов)  
Директор

Степанова Е.В.

