

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Желябовская средняя общеобразовательная школа»
Нижнегорского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО на заседании учителей методического объединения (Протокол №8 от «31» августа 2022г Руководитель МО _____ Колупаева М.В.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора школы по учебно- воспитательной работе _____ Чумакова Г.Л. «31» августа 2022г.	УТВЕРЖДАЮ директор МБОУ «Желябовская СОШ» _____ Тупальская Т.Ю. Приказ № 359 от «31» августа 2022г.
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет: Основы безопасности жизнедеятельности.

Класс: 10

Уровень образования: основное общее

Уровень изучения предмета: базовый

Количество часов: 34 ч., в неделю – 1ч.

Программа составлена на основе:

на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10-11 классы: учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М.: Вентана-Граф, 2019. — 105 с. — (Российский учебник).

Рабочая программа ориентирована на учебник:

10-11 класс, «Основы безопасности жизнедеятельности», Ким С. В., Горский В. А., ООО Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; АО «Издательство «Просвещение» 2021г

Пояснительная записка:

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса составлена в соответствии с:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (в редакции приказ от 31.12.2015г. № 1577) (далее – ФГОС ООО) (для 5-8 классов);
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15, в редакции протокола № 3/15 от 28.10.2015 федерального учебно-методического объединения по общему образованию);
- Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности», 10 класс, «Основы безопасности жизнедеятельности», Ким С. В., Горский В. А., ООО Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; АО «Издательство «Просвещение» 2021г
- Учебник: 10-11 класс, «Основы безопасности жизнедеятельности», Ким С. В., Горский В. А., ООО Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; АО «Издательство «Просвещение» 2021г
- Устава МБОУ «Желябовская СОШ» Приказ № 337 от 20.12.2016г.
- Учебного плана МБОУ «Желябовская СОШ» на 2022/2023 учебный год. Приказ №359 от 31.08.2022г.
- Календарно-учебного графика МБОУ «Желябовская СОШ» на 2022-2023 учебный год (Приказ № 359 от 31.08. 2022 г.)
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УРОКА

Личностные результаты

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу); 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;
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности

в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; *планировать* — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
 - владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
 - владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты

- формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности;
- использование теоретических подходов к основам безопасности жизнедеятельности, к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- формирование знаний о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий:
 - формирование умений оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

В ценностно-ориентационной сфере:

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений.
-

В коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по

минимизации последствий экстремальной ситуации;

- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации.

В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности).

•

В бытовой, трудовой и досуговой сфере:

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохрательное поведение в социальной и природоохранной сфере.

•

В сфере физической культуры и здорового образа жизни:

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

Учащийся научится:

- характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в природных условиях, и их возможные последствия для здоровья;
- анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;
- характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в природных условиях; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;
- анализировать причины укусов змей и насекомых в ситуациях природного характера.
- характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни, как средство физического совершенствования;
- анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки), и их возможные последствия.

Учащийся получит возможность научиться:

- разрабатывать план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природеи обеспечению безопасности отдыха;
- разрабатывать план безопасного поведения в условиях ЧСс учетом особенностей обстановки в регионе;
- использовать знания и о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования.
- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в природных условиях повреждениях и травмах.
- использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющей

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (13 часов)

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 часа)

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (4 часа)

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 часов)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Практическая работа №1: «Действие по сигналам ГО».

Раздел 2. Военная безопасность государства (9 часов)

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 часов)

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

Практическая работа №2: «Использование средств индивидуальной защиты».

Контрольная работа №1 по теме: «Организационные основы защиты населения и территорий России в ЧС»

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (4 часа)

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Военская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 часов)

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Контрольная работа №2 по теме: «Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания».

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 часов)

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.

Практические работы №№ 3-6: Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

Резерв -2 часа

Тематическое планирование:

№	Наименование разделов/ глав	Урочная деятельность	Кол-во часов	Кол-во контр. работ	Кол-во практ. работ
1	Раздел 1. Основы комплексной безопасности, личности, общества		13	1	2
2	Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1 сентября – День знаний 2 сентября – День окончания Второй мировой войны 3 сентября – День солидарности в борьбе с терроризмом 8 сентября – Международный день распространения	3		

		грамотности 9 сентября – День памяти воинов, павших в Крымской войне 1853– 1856 годов			
3	Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности. общества, государства	24 сентября – День Государственного герба и Государственного флага Республики Крым	5		
4	Глава 3. Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях	24 октября – День Организации Объединённых Наций 4 ноября – День народного единства	5		1
5	Раздел 2. Военная безопасность государства		9		
6	Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	9 декабря – День Героев Отечества 12 декабря – День Конституции Российской Федерации	5		
7	Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	20 января – День Республики Крым 27 января – День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады	5	1	1
8	Раздел 3. Основы медицинских знаний о здоровом образе жизни.		10	1	4
9	Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания	15 февраля – День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества 7 апреля – Всемирный день здоровья	4	1	
10	Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях		5		4
11	Резерв		2		
12	Всего:		34	2	6