

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Усть-Киранская средняя общеобразовательная школа-интернат»

671821, с. Усть-Киран, ул. Игумнова 8, А

school_ust-kiran@govrb.ru

<p>«Рассмотрено» на заседании МО учителей Протокол № <u>1</u> от <u>26 августа</u> 20<u>22</u> г. Руководитель МО <u>[подпись]</u></p>	<p>«Согласовано» Зам. директора по УВР школы <u>[подпись]</u> /Колодина.М.Н./ <u>30 севт</u> 20<u>22</u> г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор <u>[подпись]</u> /Осеева Л.И./ Приказ № <u>1</u> от <u>31.08</u> 20<u>22</u> г.</p>
--	---	---

Рабочая программа
«Основы безопасности жизнедеятельности»
10 класс (базовый уровень)

Составитель программы:
учитель ОБЖ
Дербенев.А.Г.

с.Усть-Киран.
2022-2023год

Пояснительная записка.

Данная рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) ориентирована на учащихся 10 класса общеобразовательной школы и регламентируется на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (с изменениями и дополнениями в приказах Министерства образования и науки Российской Федерации 29.12.2014г., 31.12.2015г., 29.06.2017 г.);
 - приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями в приказах Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.12.2013г., 28.05.2014г., 17.07.2015г.);
 - федерального перечня учебников, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
 - приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 08 июня 2015 г. N576 г. Москва «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253;
 - санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в образовательном учреждении, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (с изменениями и дополнениями);
 - методических рекомендаций для образовательных организаций о преподавании учебного предмета «ОБЖ» в 2022– 2023 учебном году;
 - Устава МБОУ Усть-Киранская СОШ-И;
 - основной образовательной программой среднего общего образования МБОУ Усть-Киранская СОШ-И (10-11 классы) на 2022 – 2023 учебный год;
 - учебного плана МБОУ Усть-Киранская СОШ-И на 2022/2023 учебный год;
 - календарного учебного графика МБОУ Усть-Киранская СОШ-И на 2022/2023 учебный год.
1. Методические материалы и документы по курсу ОБЖ: Кн. для учителя. / Сост. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, под общей ред. А.Т. Смирнова М: Прсвещение.2004г.
 2. Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. ОБЖ 5-11 кл. Дидактические материалы М.: Дрофа, 2019
 3. Сборник нормативных документов. ОБЖ. /сост. Э.Д.Днепров, А.Г.Аркадьев. М.: Дрофа, 2007.Михайлов А.А. Игровые занятия в курсе ОБЖ 5-9 кл. М.: Дрофа, 2006
 4. ОБЖ. Ежемесячный информационный и научно-методический журнал.
 5. Примерные программы по учебным предметам федерального базисного учебного плана (размещены на официальном сайте Минобрнауки России <http://www.mon.gov.ru/>).

6. 13. Основы безопасности жизнедеятельности, Смирнова А.Т., Хренникова Б.О., М. Просвещение, 2019
7. 14. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский. Под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Военно-профессиональная ориентация учащихся 10-11 классов: Методическое пособие / Волокитин А.А., Грачев Н.Н. – М.: Дрофа, 2018.
9. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: Учебно-методическое пособие / Латчук В.Н., Миронов С.К. – М.: Дрофа, 2019.
10. 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, 2020

Настоящая рабочая программа представляет собой часть образовательной области ОБЖ и предназначена для учащихся 10 класса. Реализация указанных целей программы достигается в результате освоения тематики программы. Логичным продолжением программы во внеурочное время является подготовка и участие обучаемых во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», «Безопасное колесо», в работе различных кружков, секций и клубов, туристических походах, слетах и соревнованиях. Преподавание программы ведет, как правило, учитель ОБЖ, должностные обязанности которого утверждены постановлением Минтруда России от 17 августа 1995 г. № 46.

Согласно Федеральному базисному учебному плану для образовательных учреждений Российской Федерации для обязательного изучения ОБЖ на этапе среднего общего образования отводится не менее 34 часов из расчета 1 часа в неделю ОБЖ.

Количество учебных часов:

В год -34 часов (1 часа в неделю, всего 34 часов)

В том числе:

Контрольных работ –1 (включая итоговую контрольную работу)

Формы промежуточной и итоговой аттестации:

Промежуточная аттестация проводится в форме тестов, самостоятельных работ. Итоговая аттестация предусмотрена в виде административной контрольной работы.

Уровень обучения – базовый.

Срок реализации рабочей учебной программы – один учебный год.

Личностные и предметные результаты освоения содержания курса ОБЖ

Изучение ОБЖ по данной программе способствует формированию у учащихся личностных и предметных результатов обучения, соответствующих требованиям государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Личностные результаты:

1) Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, осознания вклада отечественных учёных в развитие мировой науки;

2) Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;

3) Освоение знаний 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; ответственное отношение к обучению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

4) осознанный выбор будущей профессиональной деятельности на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений; отношение к профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных и общенациональных проблем; формирование уважительного отношения к труду, развитие опыта участия в социально значимом труде;

5) предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников, принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей; умение контролировать, оценивать и анализировать процесс и результат учебной деятельности;

6) умение управлять своей познавательной деятельностью; овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников, принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

7) умение взаимодействовать с одноклассниками, детьми младшего возраста и взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) критичность мышления, инициатива, находчивость, активность при решении математических задач.

9) Учащиеся должны знать о чрезвычайных ситуациях, которые могут произойти с человеком в жилище, вне дома.

10) Учащиеся должны уметь предвидеть опасность, стараться избегать ее.

11) Учащиеся должны овладеть навыками правильного безопасного поведения при ЧС.

Метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе;

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

3) умение самостоятельно принимать решения, проводить анализ своей деятельности, применять различные методы познания;

4) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности;

5) формирование понятийного аппарата, умения создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации;

- 6) умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- 8) умение видеть математическую задачу в контексте проблемной ситуации в других дисциплинах, в окружающей жизни;
- 9) умение самостоятельно осуществлять поиск в различных источниках, отбор, анализ, систематизацию и классификацию информации, необходимой для решения математических проблем, представлять её в понятной форме; принимать решение в условиях неполной или избыточной, точной или вероятностной информации-критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 10) умение использовать математические средства наглядности (графики, таблицы, схемы и др.) для иллюстрации, интерпретации, аргументации;
- 11) умение выдвигать гипотезы при решении задачи, понимать необходимость их проверки;
- 12) понимание сущности алгоритмических предписаний и умение действовать в соответствии

Содержание тем учебного курса

Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности. 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. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью. 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. 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.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. 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. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. Характер

современных войн и вооруженных конфликтов. Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. 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.

Наркотизм и национальная безопасность России. Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли.

Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

Основы здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

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

Здоровый образ жизни и его составляющие

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.) Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.

Основы обороны государства.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности. Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ). Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. 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. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики, 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 санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся. Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Памяти поколений — дни воинской славы России.

Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав ВС РФ.. Руководство и управление ВС РФ. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды ВС РФ и рода войск Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск Военно-воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС Военно-Морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ Ракетные войска стратегического назначения(РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение Космические войска, их состав и предназначение Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, их предназначение. Войска гражданской обороны, входящие в состав МЧС России, их задачи в мирное и военное время.

Боевые традиции вооружённых сил РФ.

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Воинский долг — обязанность военнослужащего по вооруженной защите Отечества. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг. Дружба и войсковое товарищество — основы боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т. д.);
- пользоваться справочной литературой, использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни вести здоровый образ жизни правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях

Всего часов – 34

Тематическое планирование

Распределение учебных часов по разделам программы

№ п/п	Тема	Количество часов
-------	------	------------------

1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	13 часов
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	7 часов
3.	Основы военной службы	14 часов
Итого:		34 часа

Календарно - тематическое планирование по предмету обж 10 класс

№	Разделы и темы уроков	Дата.	
		План	Факт
	Раздел № 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)		
	Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.		
1/1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания		
2/2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности		
3/3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания		
4/4	Правила поведения в условиях ЧС природного характера		
5/5	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания		
6/6	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания		
7/7	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности		

8/8	Защита национальной безопасности государства от военных угроз		
	Глава № 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)		
9/1	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера		
10/2	Противодействие экстремизму		
11/3	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации		
12/4	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)		
13/5	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях		
14/6	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера		
14/7	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера		
15/8	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование		
	Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)		
	Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)		
16/1	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения		

17/2	Защита населения и территорий от радиационной опасности		
18/3	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения		
19/4	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности		
20/5	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи		
21/6	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы		
22/7	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации		
23/8	Воинская обязанность и военная служба		
24/9	Права и обязанности военнослужащих		
25/10	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации		
	Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)		
	Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)		
26/1	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья		
27/2	Здоровый образ жизни и его составляющие		
28/3	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики		

29/4	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики		
30/5	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем		
	Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч)		
31/1	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок		
32/2	Правила оказания первой помощи при травмах		
33/3	Первая помощь при кровотечениях, ранениях		
34/4	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация		
35/5	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах		