

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1

РАССМОТРЕНО Руководитель МО _____ Парькин Г.И. Протокол № _____ от « ____ » _____ 2022г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ РСОШ №1 _____ Зайцева Д.Р. « ____ » _____ 2022г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ РСОШ № 1 _____ Барбье Т.Л. Приказ № _____ от « ____ » _____ 2022г.
--	---	--

Рабочая программа
учебного предмета
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для учащихся **10** классов
среднего общего образования
на 2022-2023 учебный год

Рабочая программа составлена на основе авторской программы Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10-11 классы: учебно-методическое пособие / С.В. Ким – М.: Вентана-Граф, 2019.

Составитель: Пипченко Иван Александрович
учитель физической культуры и
основ безопасности жизнедеятельности
первой квалификационной категории

Родино

2022

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В содержании курса «Основы безопасности жизнедеятельности» учтены положения федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства. За основу проектирования структуры и содержания программы курса принят *модульный принцип ее построения и принцип «минимакса»* к отбору и наполнению учебно-познавательной информацией. Программа реализует роль **навигации** индивидуального образовательного маршрута старшеклассника в образовательном пространстве реальной и виртуальной информации по вопросам безопасности жизнедеятельности. Интеллект личности, экологическое мировоззрение и мотивация, научно-практические знания и умения – основные ресурсы культуры безопасности.

Модульный принцип определяет выделение трех учебных разделов, охватывающих весь объем содержания курса ОБЖ, а принцип «минимакса» положен в основу структурирования учебной информации каждого раздела. Модульный принцип позволяет:

- эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс по формированию культуры безопасности жизнедеятельности старшеклассников с учетом ресурсных возможностей разных типов организаций основного образования и особенностей среды жизнедеятельности населения разных регионов России;
- обеспечить межпредметные связи при изучении содержания ОБЖ и преемственность содержания учебных модулей (тематики ОБЖ) в средних и старших классах школы, в учреждениях основного и дополнительного образования;
- разработать варианты оценки достижений учащихся на репродуктивном, продуктивном, творческом уровнях, используя методы шкалирования, балльно-рейтинговой оценки, кредитно-модульной, экспертной оценки портфолио, позволяющие проследить продвижение школьника на индивидуальном образовательном маршруте по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

Учебная информация структурирована по принципу «минимакса»:

- в каждом параграфе приводятся *общие термины и понятия*, определяющие *условные границы компетентности* школьника по изучаемой теме (**максимум**);
- в начале параграфа выделены **ключевые термины и понятия**, определяющие обязательный для школьника минимум теоретико-практических знаний, требуемый для прохождения итогового контроля по изучаемой теме в форме тестирования, собеседования, презентации учебно-исследовательской работы, экзамена.

Принцип «минимакса» предполагает формирование компетентности и культуры безопасности жизнедеятельности личности не за счет роста объема учебно-познавательной информации, а за счет ее повторения, обобщения и систематизации знаний всех школьных предметов.

Структурные компоненты программы ОБЖ – три содержательных модуля:

- **основы безопасности личности, общества, государства в современной среде обитания;**
- **основы обороны государства и военная безопасность;**
- **основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Каждый модуль программы – это раздел содержания курса ОБЖ, который состоит из нескольких частей (глав). Каждая глава включает пять тем (параграфов). Содержание учебного материала в каждом классе представлено в форме опорного конспекта (всего 35 тем), в котором кратко изложены ключевые понятия, основные характеристики опасных и

чрезвычайных ситуаций, научные подходы к теории безопасности жизнедеятельности, вопросы, задания, примерная тематика учебно-исследовательской работы школьников, рекомендации специалистов по предупреждению опасных ситуаций и безопасному поведению населения. Раздел завершается самопроверкой теоретической готовности ученика по ключевым вопросам.

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

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.

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.

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.

Раздел 2. Военная безопасность государства.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.

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.

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.

Вооруженные Силы Российской Федерации: Организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская 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.

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.

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.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- *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* опасные ситуации и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- *генерировать идеи, моделировать* индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и 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 предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; 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; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

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;
- правоохранительное 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.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 10 класс

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количес тво часов	Дата проведения	
			план	факт
Раздел 1	<i>Основы безопасности личности, общества, государства</i>	15		
Глава 1	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	5		
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	1		
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1		
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1		
Глава 2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	5		
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1		
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1		
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	1		
9	Противодействие экстремизму.	1		
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	1		
Глава 3	Организационные основы защиты населения и территорий России в	5		

	чрезвычайных ситуациях			
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1		
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	1		
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1		
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1		
15	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1		
Раздел 2	Военная безопасность государства	10		
Глава 4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	5		
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1		
17	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1		
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1		
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1		
20	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	1		
Глава 5	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	5		
21	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.	1		
22	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	1		

23	Воинская обязанность и военная служба.	1		
24	Права и обязанности военнослужащих.	1		
25	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1		
Раздел 3	<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i>	10		
Глава 6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания	5		
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1		
27	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1		
28	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1		
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1		
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	1		
Глава 7	Оказание первой помощи при неотложных состояниях	5		
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1		
32	Правила оказания первой помощи при травмах.	1		
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1		
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.	1		
35	Первая помощь при ушибах, растяжениях связок, вывихах, переломах.	1		
	Всего часов	35		

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПЯТИДНЕВНЫХ УЧЕБНЫХ СБОРОВ
ЮНОШЕЙ 10 КЛАССОВ**

№ п/п	Тема, вид и содержание занятий	Количе ство часов	Количество часов	
			теоре тичес кие	прак тичес кие
До начала учебного сбора				
1	Вводное занятие с участниками сбора о порядке его организации и проведения, требованиях, предъявляемых к обучающимся.	1	1	
Первый день				
2	Основы обеспечения безопасности военной службы.	1	1	
3	Общевоинские уставы.	1		1
4	Общевоинские уставы.	1		1
5	Общевоинские уставы.	1		1
6	Общевоинские уставы.	1		1
7	Строевая подготовка.	1		1
8	Физическая подготовка.	1		1
Второй день				
9	Физическая подготовка.	1		1
10	Военно-медицинская подготовка.	2		2
11	Огневая подготовка.	3		3
12	Общевоинские уставы.	1		1
Третий день				
13	Тактическая подготовка.	2		2
14	Радиационная, химическая и биологическая защита.	2		2
15	Физическая подготовка.	1		1
16	Строевая подготовка.	1		1
17	Общевоинские уставы.	1		1
Четвертый день				
18	Физическая подготовка.	1		1

19	Тактическая подготовка.	1		1
20	Огневая подготовка.	3		3
21	Строевая подготовка.	1		1
22	Общевоинские уставы.	1		1
Пятый день				
23	Огневая подготовка.	3		3
24	Тактическая подготовка.	1		1
25	Физическая подготовка.	1		1
26	Строевая подготовка.	1		1
Всего часов		35	2	33

