

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Комитет по образованию администрации Омского муниципального района Омской области

МБОУ "Петровская СОШ № 2"

РАССМОТРЕНО

Педагогический
школы

совет

Директор

_____ Сивирина Т.В.

Протокол

от "30" мая 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

_____ Данько Е.Н.

школы

Протокол

от "29" мая 2022 г.

№5

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Приказ

от "02" июня 2022 г.

№ 4

от "02" июня 2022 г.

_____ Сивирина Т.В.

№ 174

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10 класса среднего общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Плехун Людмила Геннадьевна

преподаватель -организатор ОБЖ

д. Петровка 2022

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 10 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» для образовательных учреждений с русским языком обучения и программы общеобразовательных учреждений автора С.В. Ким «Основы безопасности жизнедеятельности». 10-11 классы, М.: Вентана – Граф, 2019 год (учебно – методический комплект «С.В. Ким, В.А. Горского ») .

Цели:

— содействие повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз;

— содействие снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

— формирование основ экологического мышления, осознание влияния культуры безопасности жизнедеятельности и

социально-экономических процессов на состояние природной среды, приобретение опыта природоохранной деятельности;

— осознание ответственности и потребности в формировании культуры семейных отношений на основе принятия ценностей семейной жизни — любви, равноправия, заботы, ответственности;

— профилактика асоциального поведения учащихся, формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Задачи:

— обучение учащихся стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности, обеспечивающее усвоение знаний о правах и обязанностях личности, общества и государства в области безопасности, о здоровом образе жизни, формирование умений предвидеть и распознавать опасности, грамотно действовать, используя индивидуальные и коллективные средства защиты, оказывать первую помощь, реализуя стратегию минимизации негативных последствий для собственного здоровья , благополучия других людей и среды обитания;

— воспитание чувства личной сопричастности и ответственности за обеспечение индивидуальной, общественной (социальной) и государственной безопасности; четкой правовой гражданской позиции по сохранению социального мира, по правому поведению в социальных конфликтах; ценностного отношения к любой жизни, к своему здоровью, здоровью людей и среде обитания;

— развитие личных духовных и физических качеств: самодисциплины, самоконтроля, самооценки собственной культуры безопасного поведения и деятельности, обеспечивающих личную и общественную безопасность.

В соответствии с Образовательной программой школы, на изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» отведено 35 часов в год, 1 час в неделю.

Для реализации программного содержания используется учебное пособие : авторы С. В. Ким, В. А. Горский. «Основы безопасности жизнедеятельности» .10 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений . - М. : Вентана-Граф, 2020 год.

По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов.

Планируемые результаты освоения учебного предмета результатам обучения

Личностные результаты

У обучающихся будут сформированы:

- духовные и физические качества, определяющие 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;
- потребности и осознание мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- ответственное отношение к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- гуманистические приоритеты 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;
- ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты

Регулятивные

Обучающийся научится:

- понимать и самостоятельно формулировать учебную задачу;
- сохранять учебную задачу в течение всего урока;
- ставить цели изучения темы, толковать их в соответствии с изучаемым материалом урока;
- выделять из темы урока известные знания и умения, определять круг неизвестного по изучаемой теме;
- планировать своё высказывание (выстраивать последовательность предложений для раскрытия темы, приводить примеры, делать обобщение);
- планировать свои действия;
- фиксировать по ходу урока и в конце его удовлетворённость/ неудовлетворённость своей работой на уроке, объективно относиться к своим успехам и неудачам;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- контролировать и корректировать свои действия в учебном сотрудничестве;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- использовать внешнюю и внутреннюю речь для целеполагания, планирования и регуляции своей деятельности.

Познавательные

Обучающийся научится:

- понимать, толковать и организовывать свою деятельность в соответствии с условными знаками и символами, используемыми в учебнике и других образовательных ресурсах для передачи информации;
- осуществлять поиск необходимой информации из различных источников (библиотека, Интернет и пр.) для выполнения учебных заданий;
- выделять существенную информацию из текстов и литературы разных типов и видов (художественных и познавательных);
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения учебных задач;
- понимать содержание текста, интерпретировать смысл, фиксировать прочитанную информацию в виде таблиц, схем, рисунков, моделей и пр.;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять сравнение и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения об объекте, его строении, свойствах и связях;
- строить доказательство своей точки зрения по теме урока в соответствии с возрастными нормами;
- проявлять творческие способности при выполнении рисунков, схем, составлении рассказов, оформлении итогов проектных работ и пр.;
- ориентироваться на разнообразие способов решения познавательных и практических задач, владеть общими приёмами решения учебных задач;
- моделировать экологические связи в природных сообществах.

Коммуникативные

Обучающийся научится:

- включаться в диалог с учителем и сверстниками, в коллективное обсуждение проблем и вопросов, проявлять инициативу и активность в стремлении высказываться, задавать вопросы;
- формулировать ответы на вопросы;

- слушать партнёра по общению (деятельности), не перебивать, не обрывать на полуслове, вникать в смысл того, о чём говорит собеседник;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- формулировать собственное мнение и позицию в устной и письменной форме;
- аргументировать свою позицию;
- понимать различные позиции других людей, отличные от собственной и ориентироваться на позицию партнера в общении;
- признавать свои ошибки, озвучивать их;
- употреблять вежливые слова в случае неправоты «Извини, пожалуйста», «Прости, я не хотел тебя обидеть», «Спасибо за замечание, я его обязательно учту» и др.;
- понимать и принимать задачу совместной работы, распределять роли при выполнении заданий;
- строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи (с учётом возрастных особенностей, норм);
- готовить сообщения, выполнять проекты по теме;
- составлять рассказ на заданную тему;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что он знает и видит, а что нет;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- достаточно точно, последовательно и полно передавать информацию, необходимую партнёру.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- установке, нравственных ориентиров, стратегических приоритетов, мотивам, потребностям, принципам мышления и поведения, обеспечивающих 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;
- осознанию личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;
- умению находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умению сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

- стремлению и умению находить компромиссное решение в сложной ситуации;
- умению оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умению различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);
- грамотному обращению с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдению правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдению правил отдыха в загородной зоне;
- знанию номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умению оказывать первую помощь;
- усвоению правоохранительного поведения в социальной и природоохранной сфере;
- накоплению опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработке привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдению рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умению правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства-15 часов

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.- 5 часов

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-5 часов.

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.

Раздел 2. Военная безопасность государства- 10 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.

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

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная 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.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях – 5 часов.

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная

и меры профилактики

Практическое занятие по теме « Правила оказания первой помощи при травмах».

Практическое занятие по теме «Первая помощь при кровотечениях, ранениях».

Практическое занятие по теме «Первая помощь: сердечно-легочная реанимация» .

Практическое занятие по теме «Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах».

**Календарно тематическое планирование с указанием количества часов,
отводимых на основе каждой темы по ОБЖ 10 класса**

| № | Название раздела, главы, темы | Количество часов | Дата | |
|---|---|------------------|----------|----------|
| | | | по плану | по факту |
| | Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства | 15 | | |
| | Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч) | 5 | | |
| | | | 1 пол. | |
| 1 | Инструктаж по ОТ № 228 - 22 Введение. Повторение изученного материала 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 и психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. | 1 | | |
| 5 | Обобщение знаний по теме « Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания». | 1 | | |

| | | | | |
|----|---|----------|--|--|
| | Глава 2. Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч). | 5 | | |
| 6 | Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. | 1 | | |
| 7 | Защита национальной безопасности государства от военных угроз. | 1 | | |
| 8 | <i>Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.</i> | 1 | | |
| 9 | <i>Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.</i> | 1 | | |
| 10 | Обобщение знаний по теме «Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства» . | 1 | | |
| | Глава 3 . Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч) | 5 | | |
| | | | | |
| 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 и техногенного характера. | 1 | | |
| 14 | Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование. | 1 | | |
| 15 | Обобщение знаний по теме «Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях» . | 1 | | |

| | | | | |
|----|---|-----------|--|--|
| | <i>Раздел 2. Военная безопасность государства (9 ч)</i> | 9 | | |
| | <i>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)</i> | 5 | | |
| 16 | Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. | 1 | | |
| 17 | <i>Защита населения и территорий от радиационной опасности.</i> | 1 | | |
| 18 | Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. | 1 | | |
| 19 | Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. | 1 | | |
| 20 | « Обобщение знаний по теме Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность » . | 1 | | |
| | <i>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (4 ч)</i> | 4 | | |
| 21 | Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. | 1 | | |
| 22 | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. | 1 | | |
| 23 | Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. | 1 | | |
| | | | | |
| 24 | Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Обобщение знаний по теме «Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз » . | 1 | | |
| | Раздел 3. Основы медицинских знаний и | 10 | | |

| | | | | |
|----|---|----------|--|--|
| | здорового образа жизни (10 ч) | | | |
| | Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч) | 5 | | |
| 25 | <i>Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.</i> | 1 | | |
| 26 | Здоровый образ жизни и его составляющие. | 1 | | |
| 27 | Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. | 1 | | |
| 28 | Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. | 1 | | |
| 29 | Обобщение знаний по теме «Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания» | 1 | | |
| | Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч) | 5 | | |
| 30 | Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Практическое занятие по теме «Правила оказания первой помощи при травмах». Повторение пройденного материала. | 1 | | |
| 31 | Практическое занятие по теме «Первая помощь при кровотечениях, ранениях». Повторение пройденного материала. | 1 | | |
| 32 | Итоговая диагностическая работа | 1 | | |
| 33 | Практическое занятие по теме «Первая помощь: сердечно-легочная реанимация» | 1 | | |
| 34 | Практическое занятие по теме «Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах». | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| | | | | |
| 35 | Обобщение знаний за курс ОБЖ 10 класса. | 1 | | |
| | Всего часов – 35 , практических занятий - 4 | | | |