


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Амгуэмы»

ОДОБРЕНА
на заседании МО
учителей естественно-
научного цикла протокол
от 13.05.2022 г. №5

СОГЛАСОВАНА
заместителем
директора по УВР
 / В.И. Думлер
от «18» мая 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по ОБЖ
для 10 класса
2022 – 2023 учебный год

Количество часов: 1 час в неделю, 34 часа в год

Составитель: Клевно В.В., учитель ОБЖ

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

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 индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- владение обучающимися навыками самостоятельно 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;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения 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.
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции);
- развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.

Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Выпускник научится:

- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- 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.

Выпускник получит возможность научиться:

- формулировать личные понятия о безопасности;
- владеть основами экологии психики личности;
- анализировать военную политику РФ;
- вырабатывать нравственные качества и убеждения в противостоянии социальным угрозам;
- владеть практическими навыками поведения по сигналам оповещения ГО;
- объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;
- приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрыть сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях.

2. Содержание учебного предмета, курса

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. (5 ч.)

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. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства. (5 ч.)

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. Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

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

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. Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

Раздел 2. Военная безопасность государства.

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

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 ч.)

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. Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего. Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

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

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. Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. (4 ч.)

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. Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

3. Тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания

№	Тема раздела/урока	Количество часов на
---	--------------------	---------------------

		раздел/тему
	I. Основы безопасности личности, общества и государства.	15
	Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	5
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в повседневной жизни.	1
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности в среде обитания.	1
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности в среде обитания.	1
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности 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 РФ.	1
	Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.	5
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структуры и задачи.	1
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	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
	II. Военная безопасности государства.	10
	Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	5
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового 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 военной опасности 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 Вооруженные Силы Российской Федерации.	1
23	Воинская обязанность и военная служба.	1
24	Права и обязанности военнослужащих.	1
25	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1
	III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	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 профилактики.	1
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	1
	Глава 7. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	5
31	Первая помощь при неотложных состояниях: Закон и порядок.	1
32	Оказание первой помощи при травмах. Практическое занятие № 1 по теме: «Оказание первой помощи при травмах».	1
33	Оказание первой помощи при кровотечениях, ранениях. Практическое занятие № 1 по теме: «Оказание первой помощи при кровотечениях, ранениях».	1
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Итоговая контрольная работа.	1