Частное общеобразовательное учреждение «Школа-интернат №22 среднего общего образования открытого акционерного общества «Российские железные дороги»

«Согласовано» Руководитель МО учителей Верцхайзер Т. А._____. Протокол № 1 от «31» августа 2020г.	«Согласовано» Заместитель директора по УМР _____ Петров И. П. «31» августа 2020 г.	«Утверждаю» Директор _____ Заиграева И.В. «31» августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»

предмет

10
класс

среднее общее образование
уровень

Составитель:
учитель
основ безопасности жизнедеятельности
предмет
Гудина А. В.
Ф.И.О.
высшая
категория

г. Улан-Удэ
2020 - 2021 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 класса составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А. Т. Смирнова «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А. Т. Смирнов, Б. О.Хренников, М. В. Маслов.

Цель - формирование у обучающихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

Задачи:

- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;
- овладение умениями: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- воспитание у обучаемых ответственности за безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.
- формирование у учащихся экологического мышления, понимания ими влияния социально-экологических процессов на состояние природной и социальной среды обитания человека; воспитанием у них культуры безопасного поведения в условиях неблагоприятной экологической обстановки в местах проживания;
- формирование у учащихся духовно-нравственных принципов взаимоотношения полов, способствующих осознанию традиционных ценностей семьи, их готовности к созданию благополучной семьи в современных условиях и обеспечению демографической безопасности государства;
- формирование у учащихся индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения уровня их духовного, физического и социального благополучия, а также для обеспечения здорового долголетия граждан Российской Федерации;
- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для повышения их защищённости на индивидуальном уровне от внешних и внутренних угроз в повседневной жизни и в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование у учащихся духовных и физических качеств, свойственных гражданину Российской Федерации и защитнику Отечества; подготовка их к военной службе в современных условиях (граждан мужского пола — обязательно, граждан женского пола — по их желанию).

Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе реализует комплексный подход по формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и подготовки их к военной службе. Курс ОБЖ позволяет:

- повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учётом их возрастных

особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам, а также с учётом особенностей обстановки в регионе в области безопасности;

- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования;

Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом школы-интерната №22 ОАО «РЖД» на 2020-2021 учебный год на изучение ОБЖ в 10 классе предусмотрено 34 часа в год (1 час в неделю).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (10 класс)

Личностные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств и привычек в области безопасности жизнедеятельности.

Личностные результаты:

· сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности);

· выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей;

· сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

· осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;

· сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии;

· сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;

· выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков;

· осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;

· сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;

· морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;

· воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам;

· воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;

· уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов:

· на события и явления, происходящие в современном мире в природной, техногенной и социальной сферах обитания, и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

· на состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства в Российской Федерации от внешних и внутренних угроз.

Метапредметные результаты:

· умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;

· умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;

· поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций;

· умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России;

· умение логически обоснованно доказывать следующие положения:

- любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания;
- террористическая деятельность бесцельна;
- наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно;

· умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;

· умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;

· умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;

· умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;

· умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;

· умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны;

· умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации;

· умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты освоения основ безопасности жизнедеятельности отражают:

· формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;

· осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз;

· формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе в современных условиях;

· понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;

· формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;

· ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;

· знание распространённых опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

· понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.);

· знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области гражданской обороны;

· умение оказывать первую помощь пострадавшим;

· знание основ обороны государства (законодательных актов об обороне государства и воинской обязанности граждан);

· понимание прав и обязанностей гражданина до призыва и во время прохождения военной службы;

· знание требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника;

· умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам;

· умение применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

· умение проектировать модели личного безопасного поведения;

· понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

· всестороннее знание основ военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения службы, строевой, огневой и тактической подготовки;

· владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражений.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (10 класс)

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования в природе. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.

Раздел 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства

индивидуальной защиты. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Инфекционные заболевания, их классификация. Основные инфекционные заболевания, их профилактика. Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики. СПИД и его профилактика. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания. Основные составляющие здорового образа жизни. Биологические ритмы. Влияние биологических ритмов на работоспособность человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Раздел 5. Основы военной службы. История создания Вооруженных Сил России. Родина и ее национальная безопасность. Организационная структура Вооруженных Сил России. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов. Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ - закон воинской жизни. Военная присяга - клятва воина на верность Родине - России. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту. Права и ответственность военнослужащих. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ.

Раздел 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений – дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Как стать офицером Российской армии.

Раздел 7. Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Кол-во часов	Тема	дата
		1 полугодие	
1.	1	Инструктаж по ТБ. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования в природе.	
2.	1	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	
3.	1	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	
4.	1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	
5.	1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	
6.	1	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты.	
7.	1	Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	
8.	1	Инфекционные заболевания, их классификация. Основные инфекционные заболевания, их профилактика.	
9.	1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.	
10.	1	Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания Основные составляющие здорового образа жизни.	
11.	1	Биологические ритмы. Влияние биологических ритмов на работоспособность человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	
12.	1	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	
13.	1	Родина и ее национальная безопасность. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил России.	
14.	1	Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение.	

15.	1	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений – дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	
16.	1	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	
17.	1	Контрольно-обобщающий урок	
		2 полугодие	
18.	1	Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	
19.	1	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики. СПИД и его профилактика.	
20.	1	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	
21.	1	Первая медицинская помощь при острой Сердечной недостаточности и инсульте.	
22.	1	Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при травмах.	
23.	1	Первая медицинская помощь при остановке сердца.	
24.	1	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение.	
25.	1	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	
26.	1	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования.	
27.	1	Постановка на воинский учет. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	
28.	1	Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации – закон воинской жизни. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.	
29.	1	Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.	
30.	1	Права и ответственность военнослужащих. Альтернативная гражданская служба.	
31.	1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	
32.	1	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских Уставов, приказы командиров и начальников.	

33.	1	Как стать офицером Российской армии.	
34.	1	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации. Контрольно-обобщающий урок.	

ЛИТЕРАТУРА

1. Учебник: А. Т. Смирнова, Б. О. Хренникова. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс. - М.: Просвещение, 2016.

Дополнительная литература

1. Дидактические материалы “Основы безопасности жизнедеятельности”: 5-9 кл, В. Н. Латчук, В. В. Марков, М. П. Фролов. – М.: Дрофа, 2000.
2. Дурнев Р. А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: методическое пособие. - М.: Дрофа, 2013.
3. Евлахов В. М. Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: методическое пособие. - М.: Дрофа, 2011 - (библиотека учителя).
4. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 классы: учебно-методическое пособие. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2013.- (библиотека учителя).
5. Латчук В. Н. Правильные ответы на вопросы учебника С. Н. Вангородского, М. И. Кузнецова, В. Н. Латчука и др. «основы безопасности жизнедеятельности. 9-11 класс». - М.: Дрофа, 2013. - 170 с. - (готовые домашние задания).
6. Легкобытов А. В. Основы психологической безопасности личности. 5-11 классы: методическое пособие. - М.: Дрофа, 2010. - (библиотека учителя).
7. УМК под редакцией А.Т. Смирнова дополняют методические и справочные издания издательства «Просвещение»: Смирнов А. Т., Хренников Б. О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл., 2011.
8. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 класса общеобразовательных учреждений, составитель: П. Фролов (и др.); под редакцией Ю. Л. Воробьёва. – М.: Аст: Астрель, 2008.
9. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5-11 классы / В. А. Акимов, Р. А. Дурнев, С.К. Миронов.- М.: Дрофа, 2012.
10. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 кл.: учебно-методическое пособие / В.Н. Латчук, С.К. Миронов. - М.: Дрофа, 2012.
11. Основы медицинских знаний, учебное пособие для 8-10 кл. В. Г. Бубнов, Н. В. Бубнова. – М.: Аст-Астрель, 2005.
12. Титов С. В., Шабаева Г. И. тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя. – М.: ТЦ Сфера, 2005.