

## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и Требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы среднего общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования второго поколения.

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 класса составлена на основании: Федерального Закона «Об образовании РФ»; Стандарта образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»; авторской образовательной программы под общей редакцией Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10-11 классы: учебник. - М.: Вентана-Граф, с внедрением новых образовательных компетенций в рамках регионального проекта «Современная школа» (в форме центра образования естественнонаучной и технологической направленности «Точка Роста»).

На основании Требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, основной образовательной программы образовательного учреждения.

### ***Цели и задачи изучения предмета «ОБЖ».***

Основными целями и задачами изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в системе среднего общего образования являются:

**Целью** изучения предмета в средней школе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на решение следующих **задач**:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасной жизнедеятельности;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие эмоционально-волевых качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями определять потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

**Главной целью** курса по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка обучающихся к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

### **Место предмета « Основы безопасности жизнедеятельности» в базисном учебном (образовательном) плане.**

Рабочая программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой среднего общего образования, соответствует основного плана МБОУ СШ №2 г. Вилючинска Камчатского края на 2021-22 учебный год.

Учебный план для 10-х классов МБОУ СШ №2 на этапе среднего общего образования включает 34 учебных часа для обязательного изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности», из расчёта 1 час 1 раз в неделю.

С учётом общих требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования второго поколения изучение предметной области «ОБЖ» должно обеспечить:

- Развитие инновационной творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач;
- Активное использование знаний, полученных при изучении других учебных предметов, и сформированных универсальных учебных действий;
- Совершенствование умений осуществлять учебно-исследовательскую и проектную деятельность;
- Формирование представлений о социальных и эстетических аспектах научно-технического прогресса;
- Формирование способности придавать экологическую направленность любой деятельности, проекту; демонстрировать экологическое мышление в разных формах деятельности

*Изучение ОБЖ в средней школе обеспечивает достижение предметных результатов.*

**Предметными результатами** освоения учащимися средней школы программы «Основы безопасности жизнедеятельности» ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

**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, анти-экстремистского 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 здоровыми способами физической активности;
  - умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБЖ.  
10 класс (34 ч, 1 ч в неделю)  
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Основы безопасности личности, общества и государства в современной среде	14
2	Основы обороны государства и военная безопасность	10
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
	Итого	34

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.

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

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 34 темы), 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. 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**

**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.

**Календарно- тематический план**  
**по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности.» (10 класс)**  
на 2021-2022 учебный год.

№ ур ока	Тема урока	Коли- чество часов	Дата	
			планируемая	фактиче- ская
<b>Раздел I. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (14 ч.)</b>				
<b>Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 ч)</b>				
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1	10-А.01.09.21	
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	10-А.08.09.21	
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	10-А.15.09.21	
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	10-А.22.09.21	
<b>Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)</b>				
5	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1	10-А.29.09.21	
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз	1	10-А.13.10.21	
7	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	1	10-А.20.10.21	
8	Противодействие экстремизму	1	10-А.27.10.21	
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1	10-А.03.11.21	
<b>Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)</b>				
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	10-А.10.11.21	
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	1	10-А.24.11.21	
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	1	10-А.01.12.21	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1	10-А.08.12.21	
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	1	10-А.15.12.21	
<b>Раздел II. Военная безопасность государства (10 ч)</b>				
<b>Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)</b>				
15	Защита населения и территорий от военной	1	10-А.22.12.21	

	опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.				
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1	10-А.29.12.21		
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1	10-А.		
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	1	10-А.		
19	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1	10-А.		
<b>Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч.)</b>					
20	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	1	10-А.		
21	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1	10-А.		
22	Воинская обязанность и военная служба	1	10-А.		
23	Права и обязанности военнослужащих	1	10-А.		
24	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	10-А.		
<b>Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (10 ч.)</b>					
<b>Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные (5 ч)</b>					
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	1	10-А.		
26	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	10-А.		
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	1	10-А.		
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1	10-А.		
29	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1	10-А.		
<b>Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч)</b>					
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	1	10-А.		
31	Правила оказания первой помощи при травмах (практическое занятие).	1	10-А.		
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях (практическое занятие).	1	10-А.		
33	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация (практическое занятие).	1	10-А.		
34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах (практическое занятие).	1	10-А.		
<b>Итого</b>	часов	В том числе:			
		уроков повторения	контрольных работ	практических (лабораторных) работ	уроков развития речи
по программе	34		4	4	
выполнено					

## Учебно-методическое обеспечение предмета

1. Конституция РФ.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).
3. Приказ Минобрнауки России № 1089 от 05.03.2004г. «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования». (в ред. Приказов Минобрнауки России от 23.06.2015г. №609).
4. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. от 12.05.2009г.
5. Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования
6. Латчук В.Н. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 8 кл. / В.Н. Латчук, С.К. Миронов. – 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2009
7. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности./ Авт.-сост. Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, Б.И. Мишин, М.И. Хабнер. – М.: Дрофа, 2001
8. Латчук В.Н, Марков В.В., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 9 кл.: Дидактические материалы. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2001
9. Рабочая тетрадь по ОБЖ: 8-й кл.: к учебнику М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс» под ред. Ю.Л. Воробьева / А.Г. Малов-Гра.-М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011.
10. Основы безопасности жизнедеятельности: 8-й кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирно и др., под ред. Ю.Л. Воробьева, - М.: АСТ, Астрель; Владимир: ВКТ, 2011
11. Интернет – ресурсы. **Электронные ресурсы:**

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Академия повышения квалификации работников образования	<a href="http://www.apkro.ru">http://www.apkro.ru</a>
Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>



Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>
Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дом «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru">http://festival.1september.ru</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net">http://www.opasno.net</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redut-7.ru">http://personal-safety.redut-7.ru</a>
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru">http://www.alleng.ru</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru">http://www.econavt-catalog.ru</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности	<a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>