

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ак-Тальская средняя общеобразовательная школа
Чеди-Хольского кожууна Республики Тыва

«Рассмотрено»

Руководитель ЦМО

Шулун В.Д.

Приказ № 33 от

31.08.2023 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ с. Ак-Тал

Седип-оол Ч.В.

Приказ №33 от 31.08.2023 г.

«Утверждено»

Директор МБОУ СОШ
с. Ак-Тал

Сотпа У.Д.

Приказ № 33 от 31.08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10 класса на 2023-2024 учебный год

Учителя физической культуры Ольга Начин Николаевна

Всего часов в год - 34 ч

Всего часов в неделю - 1 ч

с. Ак-Тал 2023 г.

Документ подписан электронной подписью

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение Ак-Тальская средняя общеобразовательная
школа Чеди-Хольского кожууна Республики Тыва, Сотпа Урана
Дружук-ооловна, Директор

22.09.23 06:27 (MSK)

Сертификат 50FC3E4238EEA9EC60048B31EDAD0A764

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету ОБЖ для 10 кл. составлена в соответствии требований ФГОС, основной образовательной программой среднего общего образования МБОУ СОШ с.Ак-Тал, учебного плана МБОУ СОШ с.Ак-Тал на 2023 – 2024 учебный год, авторской программы « Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы» А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова.

Курс « Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества, а также учитывая индивидуальные возможности каждого обучающегося!

Рабочая программа ориентирована на использование учебника « Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10 кл. общеобразовательных учреждений / составитель: С.В. Ким, В.А. Горский Москва издательский центр « Вентана- Граф» 2019 г., а также дополнительных пособий. На изучение курса ОБЖ в 10 классе отводится 1 час в неделю. Программа рассчитана на 34 часа. Практические занятия из раздела «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» проводится на базе федеральной сети Центра образования цифрового и гуманитарного профилей « **Точка роста**» МБОУ СОШ с.Ак-Тал.

Цели и задачи изучения курса ОБЖ:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать ПМП пострадавшим.

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству;
- самостоятельность в приобретении новых знаний и практических умений;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих – защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать

- последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение 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 и социального характера;
 - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий ЧС.

Предметные результаты:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от ЧС; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа и специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике – принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события техногенного характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникационной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни: локализация возможных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

II. Содержание учебной программы для 10 класса.

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

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

1. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.
2. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.
3. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
4. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
5. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Глава 2 Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.

6. Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.
7. Защита национальной безопасности государства от военных угроз.
8. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.
9. Противодействие экстремизму.
10. Противодействие терроризму, наркомании в Российской Федерации.

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в ЧС

11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).
12. Основы мероприятий РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в ЧС.
13. Защита населения и территорий от ЧС природного характера.
14. Защита населения и территорий от ЧС техногенного характера.
15. ЧС на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Раздел 2. Военная безопасность государства.

Глава 4. ЧС военного характера и безопасность.

16. Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.
17. Защита населения и территорий от радиационной опасности.
18. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.
19. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.
20. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

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

21. Вооруженные Силы РФ: организационные основы.
22. Состав Вооруженных Сил РФ.
23. Военная обязанность и военная служба.
24. Права и обязанности военнослужащих.
25. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

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

26. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.
27. Здоровый образ жизни и его составляющие.
28. Инфекционные заболевания: их особенности и меры их профилактики.
29. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.
30. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Практические занятия проводятся на базе Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» МБОУ СОШ с.Ак-Тал.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.

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

III. Календарно – тематическое планирование учебного материала по ОБЖ в 10 классе на 2023 – 2024 учебный год.

№	Тема урока	Кол. час.	План	Факт
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.				
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.				
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	1	4.09.	
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1	11.09.	
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	18.09.	
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	25.09.	
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	2.10.	
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.				
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1	9.10.	
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1	16.10	
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	1	23.10.	
9	Противодействие экстремизму	1	13.11.	
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	1	20.11.	
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.				
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	27.11.	
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	1	4.12.	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	11.12.	
14	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. (практическое занятие из раздела 3 , главы 7 «Оказание первой помощи при неотложных состояниях» проводится на базе центра «Точка роста».	1	18.12.	
15	Защита населения и территорий от ЧС техногенного характера.	1	25.12.	
16	Первая помощь при кровотечениях, ранениях. (практическое занятие из раздела 3 , главы 7 «Оказание первой помощи при неотложных состояниях» проводится на базе центра «Точка роста».	1	15.01.	

17	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1	22.01.	
Раздел 2. Военная безопасность государства.				
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.				
18	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1	29.01.	
19	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1	5.02.	
20	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1	12.02.	
21	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1	19.02.	
22	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	1	26.02.	
23	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. (практическое занятие из раздела 3 , главы 7 «Оказание первой помощи при неотложных состояниях» проводится на базе центра « Точка роста ».	1	4.03.	
24	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. (практическое занятие из раздела 3 , главы 7 «Оказание первой помощи при неотложных состояниях» проводится на базе центра « Точка роста ».	1	11.03.	
25	Вооруженные Силы Российской Федерации организационные основы.	1	18.03.	
26	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	1.04.	
27	Воинская обязанность и военная служба.	1	8.04.	
28	Права и обязанности военнослужащих.	1	15.04.	
29	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1	22.04.	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.				
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.				
30	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1	29.04.	
31	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	6.05.	
32	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1	13.05	
33	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1	20.05.	
34	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	1	27.05.	

итога		34		
Практические занятия проводятся на базе Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста».				
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.				
1	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах.	1		
2	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1		
3	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.	1		
4	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	1		

Используемая литература

1. Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.
2. Евлахов В.М. Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 272 с. - (Библиотека учителя).
3. Евлахов В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности: Методические рекомендации. 5- 11 классы / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев и др.; Под общ. ред. А.Т.Смирнова. - М.: Просвещение, 2010. - 176 с. - (Академический школьный учебник).
5. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для учащихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы: Поурочные разработки / Российская академия наук, Российская академия образования, под ред. А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2008. - 272 с
- 7.В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Основы безопасности жизнедеятельности» Дидактические материалы - М.: Дрофа, 2000.
8. Журнал «Основы безопасности жизни»