

Специализированное структурное образовательное подразделение Посольства России –
общеобразовательная школа при Посольстве России в Лаосе

«Рассмотрено» руководитель МО _____/Качурина Л.П./ Протокол № ____ от « » 2021 г.	«Согласовано» зам. директора по УВР _____/ / от « » 2021 г.	«Утверждаю» Директор школы _____/Поздняков А.П./ Распоряжение № ____ от « » 2021 г.
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
степень образования - **среднее общее образование**, 10 класс
количество часов - 68

Программу составил:

Малейченко Григорий Александрович,

учитель физкультуры, ОБЖ

ВЬЕНТЬЯН

2021 год

1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта Основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования, авторской программы С.В. Ким, В.А. Горский «Основы безопасности жизнедеятельности», 10-11 классы. Реализация программы предполагает использование УМК (Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 класс: учебник / С.В. Ким, В.А. Горский. –М.: ВЕНТАНА-ГРАФ, 2020.).

Рабочая программа учебного курса 10 класса по основам безопасности жизнедеятельности разработана с учётом требований и положений, изложенных в следующих документах:

- Конституция Российской Федерации (ст.43)
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ статьи 10, 11, 12, 28, 29, 30, 47, 55, 66, «ОБ образовании в Российской Федерации»
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утвержденных постановлением главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28.
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2021-2022 учебный год
- Федеральный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644)
- Положение о специализированном структурном образовательном подразделении Посольства России в Лаосе, от 1 февраля 2016 года;
- Основная образовательная программа ООО средней общеобразовательной школы при Посольстве России в Лаосе
- Учебный план общеобразовательной школы при Посольстве России в Лаосе на 2021-2022 уч.год.
- Положение о рабочей программе педагога общеобразовательной школы при Посольстве России в Лаосе.

Количество часов по программе – 34 ч. Количество часов в неделю – 1 ч.

Порядковый номер учебника в Федеральном перечне	Автор/Авторский коллектив	Название учебника	Класс	Издатель учебника
<u>1.1.3.6.3.1.1</u>	С.В. Ким, В.А. Горский	Основы безопасности жизнедеятельности	10-11	Издательство ВЕНТАНА-ГРАФ

Целью курса ОБЖ в 10 классе является:

- освоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера и основах безопасного поведения при их возникновении, об оказании первой медицинской помощи и здоровом образе жизни;
- развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

— овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Главная задача курса 10 класса – дать учащимся знания, умения, навыки выживания в различных жизненных ситуациях.

Рабочая программа создает условия для реализации деятельностного подхода.

Форма организации образовательного процесса классно-урочная: традиционные уроки (усвоение новых знаний, закрепление изученного, повторительно-обобщающий урок, комбинированный урок, урок контроля знаний, урок-практикум); нестандартные уроки: зачёт, семинар, индивидуальные консультации, оказываемые дистанционно с использованием информационных и телекоммуникационных технологий.

Реализация программы возможна с использованием сетевого, электронного, дистанционного обучения.

Количество часов по программе – 34 часа, проектно-исследовательская деятельность интегрирована в уроки.

Предусмотренный рабочей программой для изучения в 10 классе материал изучается в полном объеме, практическая часть программы выполняется полностью.

2. Планируемые результаты освоения учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты:

- развитие духовных и физических качеств, определяющих 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;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов 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;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают: *умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации).*

- *формулировать* личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- *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;
- *генерировать идеи, моделировать* индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; *планировать* — 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;

- *находить, обобщать и интерпретировать информацию* с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

- *применять* теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни; *умения коммуникативные:*

- *взаимодействовать с окружающими*, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

- *выполнять* различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

- *саморегуляция и самоуправление* собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

- *владение навыками* учебно-исследовательской и проектной деятельности;

- *владение навыками* познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;

- *владение практическими навыками* первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

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

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе;

Ученик должен знать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России; состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; основные виды воинской деятельности; общие обязанности солдата в бою; основные способы передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации. средства массового поражения и их поражающие факторы;

Ученик должен уметь:

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания.

Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении.

3. Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

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: 4 часа

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: 4 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 :4 часа

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 - 9 часов

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания: 4 часа.

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: 4 часа

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.

Рабочая программа создает условия для реализации деятельностного подхода.

Форма организации образовательного процесса классно-урочная: традиционные уроки (усвоение новых знаний, закрепление изученного, повторительно-обобщающий урок, комбинированный урок, урок контроля знаний, урок-практикум); нестандартные уроки: зачёт, семинар, индивидуальные консультации, оказываемые дистанционно с использованием информационных и телекоммуникационных технологий.

Реализация программы возможна с использованием сетевого, электронного, дистанционного обучения.

Количество часов по программе – 34 часа, проектно-исследовательская деятельность интегрирована в уроки.

Предусмотренный рабочей программой для изучения в 10 классе материал изучается в полном объеме, практическая часть программы выполняется полностью.

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов, название тем программы	Дата	Кол-во часов	Примечание
	Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.		15 ч.	
1	Урок № 1: Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	06.09	1	
2	Урок № 2: Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	13.09	1	
3	Урок № 3: Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	20.09	1	
4	Урок № 4: Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	27.09	1	
5	Урок № 5: Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	11.10	1	
6	Урок № 6: Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	18.10	1	
7	Урок № 7: Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	25.10	1	
8	Урок № 8: Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	01.11	1	
9	Урок № 9: Противодействие экстремизму.	08.11	1	
10	Урок № 10: Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	22.11	1	
11	Урок № 11: Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	29.11	1	
12	Урок № 12: Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	06.12	1	
13	Урок № 13: Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	13.12	1	
14	Контрольная работа	20.12	1	
15	Урок № 14: Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	27.12	1	
16	Урок № 15: Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.			
	Раздел II. Военная безопасность государства		10 ч.	

17	Урок № 16: Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	10.01	1	
18	Урок № 17: Защита населения и территорий от радиационной опасности.			
19	Урок № 18: Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.			
20	Урок № 19: Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	17.01	1	
21	Урок № 20: Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.			
22	Урок № 21: Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.	24.01	1	
23	Урок № 22: Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	31.01	1	
24	Урок № 23: Воинская обязанность и военная служба.	07.02	1	
25	Урок № 24: Права и обязанности военнослужащих.	21.02	1	
26	Урок № 25: Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	28.02	1	
	Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		9 ч.	
27	Урок № 26: Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	14.03	1	
28	Урок № 27: Здоровый образ жизни и его составляющие.	21.03	1	
29	Урок № 28: Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	28.03	1	
30	Урок № 29: Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	11.04	1	
31	Урок № 30: Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	18.04	1	
32	Контрольная работа	25.04	1	
33	Урок № 31: Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	16.05	1	
34	Урок № 32: Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.	23.05	1	