

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
КЛИМОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3**

«Утверждаю»

директор школы

\_\_\_\_\_ (Дедушкина Е.М.)

\_\_\_\_\_ дата

«Согласовано»

зам. по УВР

\_\_\_\_\_ (Зубкова И.В.)

\_\_\_\_\_ дата

«Рассмотрено»

руководитель ШМО

\_\_\_\_\_ (Первая Т.В.)

Протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ДЛЯ 10 КЛАССА**

на 2021/2022 учебный год

Учитель: Пинчук Евгений Викторович

## Пояснительная записка

При разработке и реализации рабочей программы используются программы и учебники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа.  
10-11 классы: учебно-методическое пособие / под редакцией С.В.Ким – М.: Вентана-Граф
2. Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности Учебник для 10-11 классов общеобразовательных организаций. Базовый уровень – М.: Вентана-Граф

В учебном плане МБОУ КСОШ №3 на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе выделяется **35 часов**, 1 час в неделю. В соответствии с календарным учебным графиком в 2021 – 2022 учебном году 33 учебных недели и 4 дня. Изучить содержание программы планируется за **34 часа**.

Корректировка рабочей программы проведена за счёт объединения изучаемых тем, что отражено в тематическом планировании.

### Количество часов по четвертям в соответствии с календарным учебным графиком на 2021-2022 учебный год

Четверть	Количество недель и дней	По плану	Фактически	Примечание (праздничные дни)
1 четверть	8 недель 3 дня	10 часов	10 часов	
2 четверть	7 недель 1 день	6 часов	6 часов	
3 четверть	10 недель 3 дня	8 часов	8 часов	
4 четверть	7 недель 2 дня	7 часов	7 часов	

Четверть/год	Кол-во учебных недель	Кол-во часов
1	8 недель 3 дня	8 ч.- 8ч.
2	7 недель 1 день	8 ч.- 8ч.
3	10 недель 3 дня	10 ч.- 10ч.
4	6 недель 3 дня	9 ч.- 8ч.
Год	33 недели 4 дня	35 ч.- 34ч.

### Планируемые результаты освоения учащимися 10 класса учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне (Личностные, метапредметные и предметные результаты)

#### Личностные результаты

- уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр.
- сформированность патриотического сознания и гражданской позиции личности, чувство ответственности и долга перед Родиной;
- знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России;
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
- сформированность положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.
- сформированность духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры.

#### Метапредметные результаты

- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

#### **Предметные результаты (базовый уровень):**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате изучения учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**» на базовом уровне:

#### **Ученики научатся:**

- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения, в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей), прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- 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), модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе; Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;

**Ученики получают возможность научиться:**

- объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее;
- устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.
- 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, проследить их эволюцию.
- приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;
- определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова; выполнять чистку и смазку автомата Калашникова; выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова; описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе; выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;
- описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;
- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).
- выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;
- оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

**Содержание учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень)**

**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. Воинская 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.

#### Тематический план

№ темы	Наименование модуля, раздела, темы	Кол-во часов
1	Основы безопасности личности, общества, государства	15
2	Военная безопасность государства	10
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
<b>Итого</b>		35

#### Тематическое планирование уроков ОБЖ для 10 класса (35 часов)

№	Дата	Наименование раздела, темы урока	Примечание
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 часов)</b>			
<b>Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 часов)</b>			
1	3.09	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. <b>Вводный контроль</b>	<b>Вопросы для обсуждения:</b> значение культуры безопасности жизнедеятельности личности, общества в современном мире; роль государства в обеспечении безопасности личности и общества; роль науки и образования в формировании культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества.
2	3.09	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	<b>Ключевые понятия:</b>
3	17.09	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	безопасность; жизненно важные интересы; национальные интересы; национальная безопасность; основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства; основы безопасности жизнедеятельности;
4	17.09	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	культура безопасности жизнедеятельности; экологические, медико-биологические, психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
5	8.10	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	<b>Вводный контроль (предметные результаты)</b>
<b>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 часов)</b>			
6	8.10	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	<b>Вопросы для обсуждения:</b> конституционные основы обеспечения безопасности; нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека; федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий; защита национальной безопасности государства от военных угроз, личности, общества, государства от угроз социального характера.
7	22.10	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	
8	22.10	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	<b>Ключевые понятия :</b> Конституция Российской Федерации;
9	12.11	Противодействие экстремизму	гражданская ответственность; федеральные законы по безопасности; организационно-правовые нормы, противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму в РФ
10	12.11	Противодействие терроризму, наркотизму в РФ	
<b>Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях(5 ч.)</b>			
11	26.11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Вопросы для обсуждения:</b> РСЧС: задачи, структура, организация работы РСЧС; классификация чрезвычайных ситуаций;
12	26.11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России): задачи, структура; организация гражданской обороны на объектах

13	10.12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	экономики, <b>Ключевые понятия:</b> виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС;
14	10.12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	МЧС России; режимы функционирования РСЧС; гражданская оборона, защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного
15	24.12	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование. <b>Промежуточный контроль</b>	характера, страхование. <b>Промежуточный контроль (предметные результаты)</b>
<b>Раздел 2. Военная безопасность государства (10 часов)</b>			
<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 часов)</b>			
16	24.12	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	<b>Вопросы для обсуждения:</b> чрезвычайные ситуации военного характера, роль РСЧС и гражданской обороны в защите населения России от оружия массового поражения (ОМП); виды оружия массового поражения: ядерное, химическое и бактериологическое; современные обычные средства поражения.
17	21.01	Защита населения и территорий от радиационной опасности	<b>Ключевые понятия:</b> военная безопасность; оружие массового поражения; очаг поражения; зона радиоактивного поражения местности; ядерное оружие; химическое оружие;
18	21.01	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	бактериологическое (биологическое) оружие; карантин; обсервация; современные обычные средства поражения.
19	4.02	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	<b>Практические работы по использованию средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.</b>
20	4.02	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	<b>Промежуточный контроль (метапредметные результаты)</b>
<b>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации (5 часов)</b>			
21	18.02	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	<b>Вопросы для обсуждения:</b> основы организации Вооруженных Сил Российской Федерации; геополитические условия, законы управления, задачи, стратегия развития и обеспечения боевой готовности Вооруженных Сил нашего государства;
22	18.02	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	структура Вооруженных Сил Российской Федерации.
23	11.03	Воинская обязанность и военная служба	<b>Ключевые понятия:</b> Вооруженные Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооруженными Силами Российской Федерации;
24	11.03	Права и обязанности военнослужащих	Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение; воинская часть; воинская обязанность и военная служба.
25	25.03	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)</b>			
<b>Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 часов)</b>			
26	25.03	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	<b>Вопросы для обсуждения:</b> подходы к пониманию сущности здоровья; медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья; социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания.
27	15.04	Здоровый образ жизни и его составляющие	<b>Ключевые понятия:</b> медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное здоровье человека; сфера здравоохранения; санитарное просвещение, здоровый образ жизни и его составляющие, инфекционные и неинфекционные заболевания.
28	15.04	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	
29	29.04	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	
30	29.04	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. <b>Промежуточная аттестация</b>	
<b>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 часов)</b>			
31	13.05	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	<b>Вопросы для обсуждения:</b> законы Российской Федерации и социальная ответственность граждан и специалистов по оказанию первой помощи при неотложных состояниях; неотложные
32	13.05	Правила оказания первой помощи	

		при травмах	<p>состояния, требующие оказания первой помощи; мероприятия по оказанию первой помощи.</p> <p><b>Ключевые понятия:</b></p> <p>неотложное состояние; первая помощь; фактор времени; травма; перечень состояний, при которых оказывают первую помощь; перечень мероприятий по оказанию первой помощи</p> <p><b>Практические работы по оказанию первой помощи по темам главы. Итоговый контроль (предметные, метапредметные результаты)</b></p>
33	27.05	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	
34	27.05	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация	
35	27.05	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах <b>Итоговый контроль</b>	