

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей №24 имени Героя Советского Союза А.В. Корявина»

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей естественнонаучного
профиля

 Фомичева О.В.

Протокол №1
от 26.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Лицей №24»

 Шеховцова А.А.

Приказ № 44-0 от 01.09.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 10 класса среднего общего образования
на 2022-2023 учебный год

г. Сергиев Посад

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса соответствует требованиям ФГОС СОО (2012 год) и разработана на основе:

- ▶ Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Лицей №24» (с изменениями 2022 года)
- ▶ Учебного плана на 2022-2023 учебный год МБОУ «Лицей №24»;
- ▶ Авторской программы по ОБЖ для 10-х классов С.В. Ким, В.А. Горский «Основы безопасности жизнедеятельности» (Москва, ООО Издательский центр «Вентана-Граф», 2019 год)

Программа рассчитана на 33 часов (1 час в неделю). Перестановки в хронологии и изучения тем, предложенной автором, нет.

2. Содержание учебного предмета

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 часов)

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)

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 (5 часов)

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 (5 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 (5 часов)

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. Военская 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 (8 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.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (4 часа)

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах и ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.

3. Планируемые результаты изучения программы

Личностные результаты обучения:

- 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.

Предметные результаты обучения:

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 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 ученик должен:

- *знать*

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального происхождения;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки граждан на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту; альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС и ГО;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

- *уметь*:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей).

- *использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:*

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

Воспитательные результаты обучения:

В результате изучения предмета обучающиеся научатся:

- - формированию чувства ответственности за результат учебного труда;
- - воспитанию самостоятельности;
- - увеличению степени дисциплинированности и организованности;
- - соответствию этическим нормам общения и совместной деятельности;
- - воспитанию аккуратности, усидчивости, прилежания;
- -формированию личностных позитивных качеств;
- - воспитанию трудолюбия, чувства коллективизма;
- - использованию положительных жизненных примеров;
- -воспитанию продуманности своих действий и поведения;
- -формированию ответственного отношения к природе во всех видах деятельности.

4. Тематическое планирование

| <u>№ п/п</u> | <u>Тема</u> | <u>Количество часов</u> |
|--------------|---|-------------------------|
| 1. | Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 5 |
| 2. | Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства | 5 |
| 3. | Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях | 5 |
| 4. | Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность | 5 |
| 5. | Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз | 5 |
| 6. | Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания | 4 |
| 7. | Оказание первой помощи при неотложных состояниях | 4 |