



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Плодовская средняя общеобразовательная школа
имени Сабадашева Евгения Михаловича »
Бахчисарайского района Республики Крым**

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____ Соловьева Н.В. «24» августа 2022 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Подпись _____ Радченко Л.Ф. Приказ № 270 от «30» августа 2022 г.
--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НА 2022/2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ: Основы безопасности жизнедеятельности

КЛАСС: 10

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: в неделю 1; за год 34

УЧИТЕЛЬ: Джамирова Мархабо Амоновна

КАТЕГОРИЯ: первая

СОСТАВЛЕНО НА ОСНОВЕ примерной программой основного общего образования и авторской программы: Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы», 2022.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ УЧЕБНИК: «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс» базовый уровень, под редакцией С.В. Ким, В.А. Горский-5 ид.. М.:Просвещение, 2022-396.

Рабочая программа по предмету ОБЖ для 10 класса составлена на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).
 2. Требований федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 (с изменениями).
 3. Учебного плана МБОУ «Плодовская СОШ» на 2022-2023 учебный год, принятого решением педагогического совета от 30.08.2022 г. протокол №13
 4. Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08.04.2015 №1/15 в редакции протокола № 3/15 от 28.10.2015). ;
 5. Учебного плана МБОУ «Плодовская средняя общеобразовательная школа им. Сабадашева Е.М.» (федерального и регионального компонента, компонента ОО) на 2022/2023 учебный год, принятого решением педагогического совета от 30.08.2022г, протокол №13;
 6. Годового календарного учебного графика МБОУ «Плодовская средняя общеобразовательная школа им. Сабадашева Е.М.» на 2022/2023 учебный год;
- Учебник: «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс» базовый уровень, под редакцией С.В. Ким, В.А. Горский-5 ид.. М.:Просвещение, 2022-396.

Цели и задачи изучения предмета ОБЖ.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;

Задачи усвоить знания:

- государственной системы защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; о воинской обязанности и военной службе;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

- ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;
- развития черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы;
- овладения умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую помощь пострадавшим и самопомощь.

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий ученика:

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной деятельности;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к своему здоровью и здоровью других людей, умение оказывать первую помощь и самопомощь;
- принятие и реализация ценностей здорового и разумного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании и спортивно-оздоровительной деятельности, неприятие курения, употребления алкоголя и наркотиков;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной, готовности служить ей и защищать ее;
- уважение к государственным символам Российской Федерации — гербу, флагу и гимну;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, построению индивидуальной траектории дальнейшего

образования, к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной деятельности;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира, осознание своего места в этом мире;

- осознание себя в качестве активного и ответственного гражданина, уважающего закон и правопорядок, правильно понимающего и выполняющего свои конституционные права и обязанности, принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, обладающего чувством собственного достоинства;

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде; – осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и вне учебной работе, составлять планы и

контролировать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в различных ситуациях;

- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях; – освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- владение языковыми средствами — умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области безопасности жизнедеятельности;

- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, умениями в разрешении проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;

- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого, разрешать конфликты, находя решение на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников для решения задач обеспечения безопасности;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции человека и средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая негативное влияние человеческого фактора;

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование представлений о здоровом и разумном образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни; – понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование представлений и убеждений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера и асоциального поведения;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основ государственной системы Российской Федерации, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т. д.);
- знание основных мер защиты, в том числе в области гражданской обороны, и правил поведения в 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 и самопомощи при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал школы, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций обучающихся.

Содержание программы выстроено по линиям: основы медицинских знаний и здорового образа жизни, основы обороны государства и воинская обязанность.

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы, самостоятельные, контрольные и практические работы.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание программы включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.
- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

III. Тематическое планирование

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов	Кол-во тестовых и контрольных работ
1	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	4	1
2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.	5	1
3	Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях.	5	1
4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	5	1
5	Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	5	1
6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	5	1
7	Оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	5	1
	Итого	34	7

Календарно-тематическое планирование в 10 класс

№ п/п	Тема урока	ДЗ	Дата	
			План	Факт
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства. (14 ч.)				
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 ч.)				
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	§ 1,2 Страницы 5-16. Вопросы и задания.	05.09	
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	§ 3 Страницы 16-23. Вопросы и задания.	12.09	
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	§ 4 Страницы 23-26. Вопросы и задания.	19.09	
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.Тест № 1. По теме: «Безопасность человека в современной среде обитания».	§ 5 Страницы 27-32. Вопросы и задания.	26.09	
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч.)				
5	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	§ 6 Страницы 32-36. Вопросы и задания.	03.10	
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	§ 7 Страницы 36-40. Вопросы и задания.	10.10	
7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	§ 8 Страницы 41-45. Вопросы и задания.	17.10	

8	Противодействие экстремизму.	§ 9 Страницы 45-50. Вопросы и задания.	24.10	
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.	§ 10 Страницы 50-55. Вопросы и задания.	07.10	
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в ЧС. (5 ч.)				
10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	§ 11 Страницы 55-61. Вопросы и задания.	14.11	
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях. Тест № 2 по теме: «РСЧС»	§ 12 Страницы 61-65. Вопросы и задания.	21.11	
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	§ 13 Страницы 66-71. Вопросы и задания.	28.11	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	§ 14 Страницы 71-76. Вопросы и задания.	05.12	
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	§ 15 Страницы 76-82. Вопросы и задания.	12.12	
Раздел 2. Военная безопасность государства. (10 ч.)				
Глава 4. ЧС военного характера и безопасность. (5 ч.)				
15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Контрольная работа № 1 по теме: «Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства. Решение ситуационных задач».	§ 16 Страницы 83-90. Вопросы и задания.	19.12	
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	§ 17 Страницы 90-94. Вопросы и задания.	26.12	

17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	§ 18 Страницы 94-98. Вопросы и задания.	09.01	
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Тест № 3 по теме: "Защита населения от опасности в ЧС военного характера"	§ 19 Страницы 98-102. Вопросы и задания.	16.01	
19	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контрольная работа № 2 по теме: «Решение ситуационных задач в ЧС природного, техногенного характера, при ДТП».	§ 20 Страницы 102-105. Вопросы и задания.	23.01	
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. (5 ч.)				
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	§ 21 Страницы 106-110. Вопросы и задания.	30.01	
21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	§ 22 Страницы 110-113. Вопросы и задания.	06.02	
22	Воинская обязанность и военная служба.	§ 23 Страницы 113-116. Вопросы и задания.	13.02	
23	Права и обязанности военнослужащих.	§ 24 Страницы 116-119. Вопросы и задания.	20.02	
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации . Тест № 4 по теме: «ВС РФ»	§ 25 Страницы 119-126. Вопросы и задания.	27.02	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (10 ч.)				
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. (5 ч.)				
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	§ 26 Страницы 127-131. Вопросы и задания.	06.03	

26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	§ 27 Страницы 132-134. Вопросы и задания.	13.03	
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	§ 28 Страницы 134-141. Вопросы и задания.	27.03	
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	§ 29 Страницы 141-145. Вопросы и задания.	03.04	
29	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём. Тест № 5 по теме: «Инфекционные и неинфекционные заболевания».	§ 30 Страницы 146-149. Вопросы и задания.	10.04	
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. (5 ч.)				
30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	§ 31 Страницы 149-154. Вопросы и задания.	24.04	
31	Правила оказания первой помощи при травмах. Практическая работа № 2. Решение ситуационной задачи.	§ 32 Страницы 154-159. Вопросы и задания.	15.05	
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Практическая работа № 3. Решение ситуационной задачи.	§ 33 Страницы 159-163. Вопросы и задания.	15.05	
33	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация. Практическая работа № 4. Решение ситуационной задачи.	§ 34 Страницы 164-168. Вопросы и задания.	22.05	
34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Практическая работа № 5. Решение ситуационной задачи.	§ 35 Страницы 168-183. Вопросы и задания.	22.05	

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____ Соловьева Н.В. «__» ____ 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ _____ Радченко Л.Ф. Приказ № _____ «__» ____ 2023 г.
--	---

Лист коррекции

Рабочей программы учителя по Основам безопасности жизнедеятельности

10 КЛАСС

[illegible]