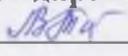


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Троицкая средняя школа»

Рассмотрено на заседании ШМО учителей естественно - научного цикла Протокол № <u>7</u> от « <u>21</u> » <u>06</u> 2021 г  / Мальцева Е.А.	Согласовано Зам директора по УВР  / Титенкова Л.В. « <u>21</u> » <u>06</u> 2021 г	Утверждаю директор школы /Жарикова О.В.  « <u>21</u> » <u>06</u> 2021 г
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10 класс»

Класс: 10

Уровень образования: основное общее образование

Срок реализации программы -2021 /2022 гг.

Количество часов по учебному плану: 35

всего – 35ч/год; 1ч/неделю

Планирование составлено на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 декабря 2009 г. № 413.

Примерной основной образовательной программы среднего общего образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Троицкая средняя школа»

Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень : рабочая программа. 10–11 классы : учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2019. — 105 с. — (Российский учебник).

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. 10–11 классы : учебник: базовый уровень / С. В. Ким, В.А. Горский — М. : Просвещение, 2021.

Рабочую программу составил Столярчук С.С, учитель физической культуры.

2021 г.

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 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.

3. Содержание учебного предмета.

№ п/п	Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов	Контрольные работы	Практические, лабораторные и др.
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)					
1	Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности и 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 и 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 (10 ч)

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 (9 ч)

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.

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	
			план	факт
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)				
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1		
2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1		
3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1		
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1		
5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1		
Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства 5 ч				
6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1		
7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз	1		
8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	1		
9	Противодействие экстремизму	1		
10	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1		
Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)				
11	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1		
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	1		
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	1		
14	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1		
15	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	1		
Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)				
16	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	1		
17	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1		
18	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1		
19	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	1		

20	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1		
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)				
21	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	1		
22	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1		
23	Воинская обязанность и военная служба	1		
24	Права и обязанности военнослужащих	1		
25	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1		
Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)				
26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	1		
27	Здоровый образ жизни и его составляющие	1		
28	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	1		
29	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1		
30	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1		
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (4 ч)				
31	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	1		
32	Правила оказания первой помощи при травмах	1		
33	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	1		
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	1		
35	Итоговое тестирование	1		