

Муниципальное образовательное учреждение
«Кужмарская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»

Руководитель МО

В.Н. Федоров
Федоров В.Н.
«29» августа 2022 г.

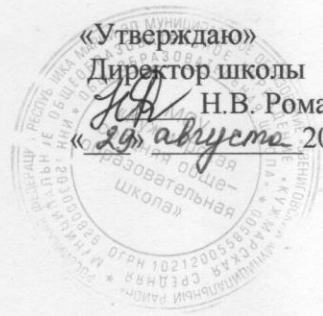
«Согласовано»

Зам. директора по УВР

И.С. Андреева
Андреева И.С.
«29» августа 2022 г.

«Утверждаю»

Директор школы

Н.В. Романова
Н.В. Романова
«29» августа 2022 г.


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу основам безопасности
жизнедеятельности на 2022-2023 гг

преподаватель ОБЖ: Семенова Т.А.

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа составлена на основе:

- Комплексной учебной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений 5-11 классы, разработанной авторами А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников М.: Просвещение, 2011;
- Федерального компонента Государственного стандарта по основам безопасности жизнедеятельности в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования (№1089 от 05 марта 2004 г.).

В данной рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «О безопасности дорожного движения».

Структурно программа состоит из трёх логически взаимосвязанных модулей:

- основы безопасности личности, общества, государства;
- основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- обеспечение военной безопасности государства.

Изучение ОБЖ в 10 классе направлено на достижение следующих целей:

- ✓ *воспитание* у учащихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- ✓ *развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- ✓ *освоение знаний:* о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- ✓ *формирование умений:* оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Задачи:

- дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;
- научить правильно, действовать в случаях природных и техногенных катастроф;
- научить адекватно, действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
- воспитывать патриотические чувства.

Реализация программы направлена на углубленное изучение учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности с учетом их потребностей в повышении уровня

культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Также она поможет определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей потребностей

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» тесно взаимосвязан с такими предметами школьного курса, как:

- география - туризм, выживание в природе, ориентирование;
- химия - опасные вещества, экологическая безопасность;
- физика - природные явления, природные явления, техногенные аварии и катастрофы;
- история – основы военной службы;
- биология - оказание ПМП, обморожения, ожоги, режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;
- физическая культура – ОФП.

Место предмета в базисном учебном плане

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 34 час для обязательного изучения учебного предмета ОБЖ в 10 классе, из расчета 1 час в неделю.

Срок реализации рабочей программы – один учебный год (2021 – 2022).

I полугодие	II полугодие	Итого
15	19	34

Учебно – тематическое планирование

Класс: 10

Учитель:

Количество часов: всего 34 час, в неделю 1 час.

Планирование составлено на основе программы А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профил. уровни/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова; Рос.акад.наук, Рос.акад.образования, изд-во «Просвещение». - 2-е изд. - М.: Просвещение, 2010

Учебно-тематическое планирование. ОБЖ-10 класс.

№	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	Контроль	Планируемые результаты освоения материала	Домашнее задание
---	------------	--------------	-----------	--	----------	---	------------------

Модуль I Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности - 10ч.

Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни - 4 ч.

1	Автономное пребывание человека в природной среде.	1	Изучение нового материала	Автономное существование человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Активный туризм.		Знать основные правила выживания в природе	§ 1 читать
2	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде	1	Изучение нового материала	Подготовка к автономии. Определение направления движения и его выдерживание. Подготовка к походу. Разведение костра.	тест	уметь применять полученные знания на практике	§ 2 читать
3	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	1	Изучение нового материала	Дорожное движение. ДТП. Основные обязанности пешеходов. Общие меры безопасности пешеходов. Обязанности пассажиров.		Знать правила безопасного поведения на дорогах	§ 3 читать
4	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	1	Изучение нового материала	Общие правила личной безопасности в криминогенных ситуациях. Профилактика насилия.	тест	Знать правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях	§ 4 читать

Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций - 4 ч.

5	ЧС природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	1	Изучение нового материала	Чрезвычайная ситуация. Классификация ЧС природного характера.		Знать классификацию ЧС природного характера	§ 5 читать
6	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера.	1	Изучение нового материала	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера.		Знать правила безопасного поведения	§ 6 читать
7	ЧС техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	1	Изучение нового материала	Классификация ЧС техногенного характера.		Знать классификацию ЧС техногенного характера	§ 7 читать
8	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.	1	Изучение нового материала	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.	Тест	Знать правила безопасного поведения	§ 8 читать

Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера - 2 ч.

9	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона	1	Комплексный	Оборона государства. Национальная безопасность. Основные внешние и внутренние угрозы.		Знать понятие «национальная безопасность»	§ 9 читать
---	--	---	-------------	---	--	---	------------

10	Характер современных войн и вооруженных конфликтов	1	Изучение нового материала	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	опрос	знать классификацию вооруженных конфликтов	§ 10 читать
----	--	---	---------------------------	---	-------	--	----------------

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера - 2 ч.

Глава 4. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности - 2 ч.

11	Нормативно – правовая база Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	Изучение нового материала	Законы РФ по обеспечению безопасности страны. Конституция РФ. РСЧС, ее структура и задачи.		Иметь представление о РСЧС	§ 11 читать
12	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи.	1	Изучение нового материала	Права и обязанности граждан РФ по защите от ЧС природного и техногенного характера.	Тест	знать основные положения законодательства РФ по обеспечению безопасности человека	§ 12 читать

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации 11 ч.

Глава 5. Общие понятия о терроризме и экстремизме – 4 ч.

13	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия	1	Изучение нового материала	Террористическая деятельность и ее содержание Тенденции современного терроризма		Знать основные особенности террористической деятельности	§ 13 читать
14	Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния	1	Изучение нового материала	Качества являющиеся благоприятной средой для формирования экстремистских взглядов.		Знать почему терроризм представляет сегодня серьезную угрозу миру и безопасности	§ 14 читать
15	Экстремизм и экстремальная деятельность	1	Изучение нового материала	Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»		Знать основные виды экстремальной деятельности и в чем их различие	§ 15 читать
16	Основные принципы и направления противодействия террористической и экстремистской деятельности	1	Изучение нового материала	Декларация о борьбе с терроризмом. Правовая основа общегосударственной системы противодействия терроризму	Тест	Знать какие принципы лежат в основе организации противодействия терроризму	§ 16 читать

Глава 6. Нормативно – правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации – 2 ч.

17	Положения Конституции Российской Федерации, Концепции противодействия терроризму в Российской Федерации	1	Изучение нового материала	Основные положения Конституции Российской Федерации о государственном противодействии терроризму		Знать правовую основу борьбы с терроризмом и экстремизмом	§ 17 читать
18	Роль государства в обеспечении национальной безопасности Российской Федерации	1	Изучение нового материала	Средства обеспечения национальной безопасности.		Знать основные стратегии национальной безопасности Российской Федерации	§ 18 читать

Глава 7. Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму – 2 ч.

19	Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения	1	Изучение нового материала	Нравственные позиции человека. Формирование нравственных позиций		Знать факторы способствующие формированию неприятию террористических взглядов и действий	§ 19 читать
20	Культура безопасности жизнедеятельности – условие формирования антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления	1	Изучение нового материала	Жизненно важные интересы. Анализ трагических последствий. Профилактика террористической деятельности	опрос	Знать культуру безопасности жизнедеятельности	§ 20 читать

Глава 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности – 2 ч.

21	Уголовная ответственность за террористическую деятельность	1	Изучение нового материала	Уголовный кодекс Российской Федерации.		Знать какие статьи включены в Уголовное Законодательство РФ	§ 21 читать
22	Ответственность за осуществление экстремистской деятельности	1	Изучение нового материала	Статьи закона, определяющие ответственность за экстремистскую деятельность	Тест	Знать какие ответственности предусмотрены для граждан РФ за осуществление экстремистской деятельности	§ 22 читать

Глава 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта – 1 ч.

23	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	1	Изучение нового материала	Правила поведения при взрыве, при захвате в заложники, при перестрелке		Знать правила поведения при угрозе террористического акта	§ 23 читать
----	---	---	---------------------------	--	--	---	-------------

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел IV. Основы здорового образа жизни – 3 ч.

Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний – 1 ч.

24	Сохранение и укрепление здоровья – важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	Изучение нового материала	Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие. Категории годности граждан к военной службе «А» и «Б». Классификация и профилактика основных инфекционных заболеваний. Общие понятия об иммунной системе		Знать классификацию инфекционных болезней; пропаганда здорового образа жизни	§ 24-25 читать
----	---	---	---------------------------	---	--	--	----------------

Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие - 2 ч.

25	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1	Изучение нового материала	Критерии здоровья. Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие ЗОЖ. Биологические ритмы. Утомление. Профилактика утомления. Самоконтроль.		Знать основные положения о ЗОЖ; пропаганда здорового образа жизни	§26-27 читать
26	Значение двигательной активности и	1	Изучение	Значение двигательной активности и	Тест	Знать влияние вредных привычек	§ 28-29

	физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.		нового материала	физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки. Алкоголь. Курение. Наркотики. Профилактика вредных привычек.		на организм человека; пропаганда здорового образа жизни	читать
--	--	--	------------------	---	--	---	--------

Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства

Раздел V. Основы обороны государства - 10 ч.

Глава 12. Гражданская оборона – составляющая часть обороноспособности страны - 4 ч.

27	Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.	1	Комплексный	Гражданская оборона. Основные задачи в области ГО. Этапы создания ГО.		Знать основные задачи ГО	§ 30 читать
28	Основные виды оружия и их поражающих факторов	1	Изучение нового материала	Обычные средства поражения. Ядерное оружие. Химическое оружие. Бактериологическое оружие. Высокоточное оружие.		Знать классификацию ОМП;	§ 31 читать
29	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени	1	Изучение нового материала	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени. Сигнал тревоги «Внимание всем!»		средства защиты от ОМП.	§ 32 читать
30	Инженерная защита населения от ЧС военного и мирного времени	1	Изучение нового материала	Защитные сооружения ГО: убежища; ПРУ и укрытия, приспособленные для защиты населения.		Знать основные средства защиты населения от ОМП, а также стихийных бедствий, аварий и катастроф	§ 33 читать
31	Средства индивидуальной защиты	1	Изучение нового материала	Средства индивидуальной защиты: средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи, медицинские средства защиты и профилактики.		Знать основные средства защиты населения от ОМП, а также стихийных бедствий, аварий и катастроф	§ 34 читать
32	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении	1	Изучение нового материала	Гражданская оборона в общеобразовательном учреждении. Эвакуация учащихся.		Знать организацию ГО в школе; уметь правильно действовать в ЧС	§ 35 читать
33	Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС	1	Изучение нового материала	Аварийно-спасательные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты.	Тест	Знать организацию ГО в школе; уметь правильно действовать в ЧС	§ 36 читать
34	Контрольное занятие за курс 10 класса	1	Комплексный	Итоговое тестирование	Итоговая контрольная работа	Проверка знаний учащихся по курсу ОБЖ за 10 класс.	
	Всего 34 часов						

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;
- 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;
- 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.

Учебно-методический комплект / Литература

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений 5-11 классы, разработанной авторами
А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников
М.: Просвещение, 2011

Методическая литература для учителя

1. Вольхин С.Н. и др. Основы защиты от терроризма – М.: Дрофа, 2007.
2. Засядько Ю.П. Поурочные планы, 11 кл. – Волгоград: Учитель-АСТ, 2004.
3. Ключев А. В., Савин А. П. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. — Легион, Ростов на Дону 2012
4. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.— М.: Военное издательство, 1994.
5. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 5.

Сайты, используемые при подготовке уроков, сообщений, докладов и рефератов

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	https://mvd.ru
МЧС России	http://www.mchs.gov.ru
Министерство обороны РФ	http://mil.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство образования и науки РФ	http://минобрнауки.рф
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru

Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	https://hardtime.ru

Средства обучения

№	№ по плану	Название темы урока	Средство
1	1	Введение в курс 10 класса. Автономное пребывание человека в природной среде.	видео
2	3	Обеспечение личной безопасности на дорогах	видео
3	5	Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера.	видео
4	6	Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера.	видео
5	7	Военные угрозы национальной безопасности России	презентация
6	11	Терроризм и экстремизм — чрезвычайные опасности для общества и государства	презентация
7	15	Основные инфекционные заболевания.	видео
8	17	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	видео

9	19	Основные виды оружия и их поражающие факторы	видео
10	20	Основные виды оружия и их поражающие факторы	презентация
11	22	Средства индивидуальной защиты	презентация