

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ВИННИЦКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

Утверждаю
приказ директора № 129
от «31» августа 2021 г.

Основы безопасности жизнедеятельности

рабочая программа
для 10 класса

(приложение к основной образовательной программе
основного общего образования)

Автор:
преподаватель-организатор
ОБЖ и ДПМ
Поливанова Г.Н.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального государственного стандарта среднего общего образования и в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности. Программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, для проведения учебных сборов, военно-профессиональной ориентации и военно-патриотического воспитания.

Программа выстроена по трём логически взаимосвязанным модулям.

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел V. Основы обороны государства.

Раздел VI. Основы военной службы.

Реализация программы позволит сформировать у обучаемых цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности. Реализация программы поможет также определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом возможностей и потребностей.

Учебный процесс строится с использованием учебников:

- Основы безопасности жизнедеятельности.10 кл.: учеб. для общеобразоват. 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». – 4-е изд., перераб. - М.:АСТ: Просвещение, 2012. – 320с.: ил. – (Академический школьный учебник).
- Основы безопасности жизнедеятельности.11 кл.: учеб. для общеобразоват. 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». – 4-е изд., перераб. - М.:АСТ: Просвещение, 2012. – 320с.: ил. – (Академический школьный учебник).

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускники должны **знать**:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в том числе организованные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;

- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

Выпускники должны **уметь**:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением военной службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова и т.д.);
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребностей в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

Личностные

Формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей по защите Отечества.

1. Развитие у учащихся:

- личных духовных и физических качеств, обеспечивших адекватное в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта;
- потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России в области безопасности жизнедеятельности;
- физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

Метапредметные

Программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие **умения**:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);

- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- умение вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.

3 Содержание учебного предмета

Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия.

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Государственная система обеспечения безопасности населения

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите

населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Структура и органы управления гражданской обороной.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите

населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты

здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.

Служба скорой медицинской помощи.

Другие государственные службы в области безопасности.

Оказание первой медицинской помощи.

Медицинская (домашняя) аптечка. Перевязочные и лекарственные средства.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш). Их использование.

Первая медицинская помощь при травмах. Способы остановки кровотечений.

Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

Первая медицинская помощь при утоплении и удушении.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении.

Основы обороны государства и воинская обязанность

История создания Вооруженных Сил России.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил.

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.

Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.

Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура.

Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура.

Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.

Космические войска: история создания, предназначение, структура.

Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.

Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

Воинская обязанность

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.

Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Правовые основы военной службы. Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву.

Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Статус военнослужащих.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

Воинские символы и боевые традиции Вооруженных Сил

Дни воинской славы России — Дни славных побед.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.

Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Военно-профессиональная ориентация

Ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.

Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования.

Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.

3. Тематическое планирование

10 класс (1 полугодие)

Календарные сроки (неделя)	№ урока	№ модуля, раздела	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов	Кур
МОДУЛЬ I. Основы безопасности личности, общества и государства					
Раздел 1. Основы комплексной безопасности					
Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни				4ч	
1	№1	§ 1	Автономное пребывание человека в природе	1	
2	№2	§ 2	Подготовка к автономному существованию в природе	1	
3	№3	§ 3	Личная безопасность на дорогах	1	
4	№4	§ 4	Личная безопасность в криминогенных ситуациях	1	
Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций				4ч.	
5	№5	§ 5	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	
6	№6	§ 6	Личная безопасность в условиях ЧС природного характера	1	
7	№7	§ 7	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	
8	№8	§ 8	Работа с населением при ЧС техногенного характера	1	Тест
Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности военного характера				1ч.	
9	№9	§ 9 § 10	Национальная безопасность России	1	
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера					
Глава 4. Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера				2ч.	
10	№10	§11	Безопасность населения при ЧС	1	
11	№11	§ 12	Единая система предупреждения и ликвидации ЧС	1	
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в российской Федерации					
Глава 5. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства				4ч.	
12	№12	§ 13	Терроризм и террористическая деятельность	1	
13	№13	§ 14	Вовлечение в террористическую деятельность	1	
14	№14	§ 15	Экстремизм и экстремистская деятельность	1	
15	№15	§ 16	Противодействие террористической и экстремистской деятельности	1	
Глава 6. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации				1ч.	
16	№16	§17 § 18	Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ.	1	К/р. 1

Глава 7. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму				2ч.	
17	№17	§19	Формирование антитеррористического поведения	1	
18	№18	§20	Культура безопасности жизнедеятельности и антитеррористическое поведение	1	
Глава 8. Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности				2ч.	
19	№19	§21	Уголовная ответственность за террористическую деятельность	1	
20	№20	§22	Ответственность за осуществление экстремистской деятельности	1	
Глава 9. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта				1ч.	
21	№21	§23	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	1	
Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни					
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в российской Федерации					
Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний				2ч.	
22	№22	§24	Подготовка юношей к военной службе и трудовой деятельности	1	
23	№23	§25	Основные инфекционные заболевания	1	
Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие				1ч.	
24	№24	§26 §27 §28 §29	Здоровый образ жизни.	Проектная деятельность	
Глава 12. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны				7ч.	
25	№25	§30	Гражданская оборона и обороноспособность страны	1	
26	№26	§31	Основные виды оружия и их поражающие факторы	1	
27	№27	§32	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени	1	
28	№28	§33	Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени	1	
29	№29	§34	Средства индивидуальной защиты	1	
30	№30	§35	Аварийно-спасательные работы в зоне ЧС	1	
31	№31	§36	Организация ГО в общеобразовательном учреждении	1	К/р. 2
Глава 13. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества				3ч.	
32	№32	§37	История создания Вооруженных Сил РФ	1	
33	№33	§38	Памяти поколений – дни воинской славы России	1	
34	№34	§39	Состав Вооруженных Сил РФ	1	
ИТОГО:	34	39		34	3

10 класс (2 полугодие)

Календарные сроки (неделя)	№ урока	№ модуля, раздела	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов	Кур
МОДУЛЬ I. Основы безопасности личности, общества и государства					
Раздел 1. Основы комплексной безопасности					
Глава 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни				4ч.	
1	№1	§ 1	Пожарная безопасность.	1	
2	№2	§ 2	Правила личной безопасности при пожаре	1	
3	№3	§ 3	Личная безопасность на водоёмах	1	
4	№4	§ 4	Личная безопасность в бытовых ситуациях	1	
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в российской Федерации					
Глава 2. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации				3ч.	
5	№5	§ 5 § 8	Национальный антитеррористический комитет	1	
6	№6	§ 6 § 7	Правовой режим контртеррористической операции	1	
7	№7	§ 9 § 10	Вооруженные силы РФ в борьбе с терроризмом	1	Тест
Раздел 4. Основы здорового образа жизни					
Глава 3. Нравственность и здоровье				3ч.	
8	№8	§ 11 § 12	Нравственность и здоровый образ жизни	1	
9	№9	§ 13 § 14	Инфекции, передаваемые половым путём	1	
10	№10	§ 15	Семья в современном обществе.	1	
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи					
Глава 4. Первая помощь при неотложных состояниях				4ч.	
	№11	§16 §24	Первая помощь при остановке сердца	1	
11	№12	§17 § 18 §19	Первая помощь при ранениях	1	
12	№13	§20 §21	Иммобилизация и переноска пострадавшего	1	
13	№14	§22 §23	Первая помощь при различных травмах	1	Проектная деятельность
Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства					
Раздел 6. Основы обороны государства					
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства				1ч.	
14	№15	§25 §26	Миротворческая деятельность ВС России	1	
Глава 6. Символы воинской чести				2ч.	
15	№16	§27 §28	Символы воинской чести, достоинства и славы	1	

16	№17	§29	Военная форма одежды	1	
Глава 7. Воинская обязанность				5ч.	
17	№18	§30 §31	Воинская обязанность, организация воинского учета.	1	
18	№19	§32 §33	Обязанности граждан по воинскому учету	1	
19	№20	§34 §37 §40	Подготовка к военной службе и увольнение с военной службы	1	
20	№21	§35 §36	Индивидуальные качества специалистов по воинским должностям	1	
21	№22	§38 §39	Постановка граждан на воинский учёт	1	К/р. 1
Раздел 7. Основы военной службы					
Глава 8. Особенности военной службы				4ч.	
22	№23	§41 §42	Правовые основы военной службы	1	
23	№24	§43 §44	Военные аспекты международного права	1	
24	№25	§45 §47	Общевоинские уставы ВС	1	
25	№26	§46 §48	Дисциплинарный и строевой уставы ВС	1	
Глава 9. Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества				4ч.	
26	№27	§49 § 50	Основные виды воинской деятельности	1	
27	№28	§51 §56	Основные обязанности военнослужащих.	1	
28	№29	§52 §53	Военнослужащий ВС – патриот России	1	
29	№30	§54 §55 §56	Военнослужащий ВС – специалист своего дела	1	
Глава 10. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации				2ч.	
30	№31	§57 §60	Боевое знамя воинской части.	1	
31	№32	§58 §59	Военная присяга	1	К/р. 2
Глава 11. Прохождение военной службы по призыву				1ч.	
32	№33	§61 §62 §63	Призыв на военную службу	1	
Глава 12. Прохождение военной службы по контракту				1ч.	
34	№34	§64 §65	Альтернативная гражданская служба и служба по контракту	1	
ИТОГО:	34	65		34	3

Тематическое планирование 5-дневных учебных сборов

Основы военной службы (практические и теоретические занятия в рамках 5-ти дневных, военно-полевых сборов)	29
Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации	7
Боевые традиции вооруженных сил	3
Размещение и быт военнослужащих	3
Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	3
Организация караульной службы	3
Строевая подготовка	6
Огневая подготовка	3
Тактическая подготовка	2

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575854

Владелец Прокачёва Галина Анатольевна

Действителен с 05.04.2021 по 05.04.2022