

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ключевская средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
_____ Е.Б.Ярош
«__» _____ 2020

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ
_____ В.А.Петрова
«__» _____ 2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету (курсу)

Основы безопасности жизнедеятельности,
наименование предмета (курса)
10 класс

на 2020-2021 учебный год

ФИО разработчика. Яньков Александр Владимирович
Должность. Учитель ФК
Категория. Без категории

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса разработана в соответствии с Федеральным стандартом Государственного образовательного стандарта по учебному предмету «основы безопасности жизнедеятельности». Программы М.П. Фролова "Основы безопасности жизнедеятельности", комплексной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» под ред. А.Т. Смирнова (М., Просвещение, 2013), В соответствии с требованиями законов РФ «Об образовании», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе» и др., а также постановлений Правительства РФ (касающихся сферы ГО и ЧС, безопасности, здоровья).

Настоящая рабочая программа ОБЖ для 10 класса составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта общего образования (2009г), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373

2. Примерной основной образовательной программы, одобренной федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол заседания от 8 апреля 2015 г. № 1/15)

3. Основной образовательной программы ООО МБОУ «Ключевская СОШ»

4. Учебного плана МБОУ «Ключевская СОШ» на 2020-2021 учебный год.

5. Положения о рабочей программе по ФГОС НОО, МБОУ «Ключевская СОШ»

6. Федерального перечня учебников по УМК

7. Положения о рабочей программе МБОУ «Ключевская СОШ» 2020 – 2021 уч. год.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих **целей**:

Цели:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни, об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.

3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

Задачи:

1. Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;

2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

3. Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

2. Планируемые результаты изучения предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 10 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по основам безопасности жизнедеятельности.

Личностные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств в области безопасности жизнедеятельности.

- формирование целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности РФ и основных приоритетах национальной безопасности: национальной обороне, государственной и общественной безопасности.

- определение направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом индивидуальных возможностей и потребностей.

- формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасности личности, общества и государства.

- осознание терроризма и экстремизма как социального явления, представляющего серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.

- формирование нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской деятельности.

- формирование потребностей соблюдения норм и правил здорового образа жизни, выработке устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков.

- осознание значения семьи в жизни современного общества, принятие ценности семейной жизни для обеспечения личного здоровья и благоприятной демографической ситуации в стране.

- формирование убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработке умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях.
- формирование потребности в морально-психологической и физической подготовленности к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях.
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее вооруженным силам.
- воспитание потребности в правовой подготовке и освоению основных положений законодательства РФ в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан.
- уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от ЧС мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области Гражданской обороны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов.

- Умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России.
- Умение характеризовать основные направления перехода РФ к новой государственной политике в области национальной обороны.
- Поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных ЧС природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения и минимизации последствий различных ЧС.
- Умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России.

- Умение обосновать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия.
- Умение подобрать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя и наркотиков на здоровье человека и отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников.
- Уметь характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе, и логично обосновать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве.
- Уметь логично обосновать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях.
- Умение осмыслить и понять основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в осуществлении стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны.
- Уметь характеризовать роль и место Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны.
- Уметь доступно изложить содержание основ законодательства РФ об обороне государства, воинской обязанности и военной службы граждан РФ.
- Уметь обосновать необходимость обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими Конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются уровнем освоения информации, которая характеризует состояние и тенденции развития обстановки в стране в области безопасности жизнедеятельности и формированием знаний, умений и навыков в этой области.

- Сформированность представлений об опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможные последствия.

- Знание законодательства РФ и организационных основ по обеспечению защиты населения страны от ЧС, о профилактике ЧС и ликвидации их последствий.
- Уяснение содержания рекомендаций населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций для ликвидации их последствий.
- Сформированность общих понятий о терроризме и экстремизме как социальном явлении, представляющем серьёзную угрозу безопасности личности, общества, государства и национальной безопасности России.
- Уяснение основных положений законодательства РФ о противодействии терроризму и экстремизму.
- Знание организационных основ системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.
- Сформированность гражданской нравственной позиции негативного отношения к террористической и экстремистской деятельности, а также к асоциальному поведению и другим видам противоправного характера.
- Уяснение последовательности действий для обеспечения личной безопасности при угрозе террористического акта.
- Сформированность понятия о значении здорового образа жизни, современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и экологической культуры для повышения защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора.
- Сформированность негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как факторов, оказывающих пагубное влияние на здоровье личности, общества и демографическую ситуацию в государстве.
- Уяснение стратегических целей совершенствования национальной обороны и обеспечения военной безопасности РФ путем развития и совершенствования военной организации государства.

-Сформированность знаний об основах обороны государства, о военной обязанности граждан, о Вооруженных Силах Российской Федерации, о видах и родах Вооруженных Сил РФ, о боевых традициях и символах воинской чести Вооруженных Сил РФ.

- Значение гражданской обороны как составной части обороноспособности страны, её функций и задач по обеспечению защиты населения от ЧС мирного и военного времени.

- Сформированность морально-психологических качеств и мотивации для успешного прохождения военной службы в современных условиях.

3. Содержание учебного курса

Раздел I. Безопасность личности, общества и государства.

Глава 1. Основные направления национальной безопасности.

Основные направления национальной безопасности России. Оборона государства. Стратегия национальной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз Государственная и общественная безопасность. Понятия: «Военная политика», «крупномасштабная война», «военная угроза», «военный конфликт».

Обеспечение национальной безопасности России. Совет ООН, НАТО, ЮНИДО.

Законодательные и нормативно- правовые акты РФ по обеспечению безопасности.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).

Глава 2. Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона: основные понятия. Определения и задачи. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.

ГО, основные понятия и определения, задачи ГО предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления ГО. Структура управления и органы управления ГО.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Защитные сооружения ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания и кожи, правила их использования. Медицинские средства защиты и профилактики. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС

Организация и основное содержание АСР, организация санитарной обработки людей после выхода из зоны заражения. Организация ГО в школах, её предназначение. План ГО школы. Обязанности обучаемых.

Раздел III. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Глава 5. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Уголовная ответственность несовершеннолетних. Особенности уголовной ответственности и несовершеннолетних. Виды наказаний. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия.

Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера

Практическое занятие. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности ЧС природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС.

Раздел IV. Здоровый образ жизни.

Глава 6. Основы Формирования здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни, понятия и определения, составляющие ЗОЖ.

Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность. Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Двигательная активность и её преимущества. Физическая культура и её положительное влияние на здоровье человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголизм и курение, их профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы.

Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркомания – прямая угроза жизни и здоровью человека. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Годовой план-график распределения учебного времени на виды программного материала

№п/п	Наименование раздела и темы урока	Количество часов
1	Раздел I. Безопасность личности, общества и государства.	19
	Глава 1. Основы комплексной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз.	8
	Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	11
2	Раздел III. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	7
	Глава 5. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	7
4	Раздел IV. Здоровый образ жизни	9
	Раздел 4. Основы формирования здорового образа жизни	9
Итого: 35 часов		

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Содержание урока
Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека			
Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий			
1	Введение	1	
2	Основные направления национальной безопасности России	1	Оборона государства, стратегические цели, национальные интересы РФ

3	Государственная и общественная безопасность	1	Военная политика, военная угроза, военный конфликт, крупномасштабная война
4	Обеспечение национальной безопасности России на международной арене	1	Совет ООН, МВФ, ВТО, ЮНИДО
5	Законодательные и нормативно- правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	Положение конституции, национальная безопасность, оборона
6	Права и обязанности граждан РФ в области обороны	1	Состояние войны, военное положение, мобилизация
7	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	РСЧС, основные задачи РСЧС, координационные органы
8	Повторительно-обобщающий урок. Контрольная работа №1	1	
Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны			
9	Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи	1	ГО, руководство ГО, силы ГО, управление ГО
10	Современные средства поражения и их поражающие факторы	1	Ядерное оружие, очаг ядерного поражения, ударная волна, световое излучение, радиоактивное заражение
11	Химическое и бактериологическое оружие	1	ОВ нервно-паралитического действия, ОВ внушающего действия, ОВ

			общееядовитого действия
12	Мероприятия по защите населения	1	Карантин, обсервация, очаг бактериологического поражения
13	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1	Оповещение, потонцеально опасный объект
14	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1	Убежище, противорадиационное укрытие
15	Средства индивидуальной защиты Проверочный тест	1	Противогаз, респираторы
16	Средства защиты кожи, их назначения и правила пользования	1	Специальные средства, подручные, медицинские
17	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения	1	Сан. обработка людей, дезактивация, дегазация, дезинфекция
18	Эвакуация – основное мероприятие по защите людей	1	Эвакуация населения, отселения и рассредоточение
19	Огранизация ГО в общеобразовательных учреждениях. Контрольная работа №2	1	Действия при угрозе ЧС
Раздел III. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных			

ситуациях			
Глава 5. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения			
20	Правила поведения в опасных ЧС социального характера	1	Криминальный, криминогенный
21	Уголовный кодекс РФ об особенностях уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних	1	Состав преступления, умышленное преступление, совершенное по неосторожности
22	Правила поведения, а условиях ЧС природного и техногенного характера	1	ЧС, сигналы, землетрясения, смерч, ураган, сель, снежная лавина
23	Защита от ЧС техногенного характера	1	Радиационная опасность
24	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе	1	Ориентирование по солнцу, местным признакам и предметам
25	Движение по азимуту	1	Магнитный азимут, магнитный компас
26	Повторительно - обобщающий урок. Тестовая работа	1	
Раздел IV. Здоровый образ жизни			
Глава 6. Основы формирования здорового образа жизни			
27	Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества	1	Индивидуальное здоровье, общественное здоровье
28	Здоровье человека и его	1	Скоростная, силовая выносливость,

	физическое развитие		гибкость, осанка, состав тела
29	Культура питания	1	Рацион питания, безопасность пищи
30	Режим труда и отдыха	1	Сон, утомление, самочувствие
31	Составляющие ЗОЖ	1	Закаливание
32	Вредные привычки, их влияние на здоровье, профил. вредных привычек	1	Привычка, алкоголь, наркомания, табакокурение
33	Контрольная работа № 3	1	
34	Духовно- нравственное здоровье общества – фактор национальной безопасности России	1	Духовно- нравственное равновесие
35	Итоговый урок	1	
Всего: 35часов			

4. Критерии оценки результатов освоения программы «Основы безопасности жизнедеятельности»

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. **Оценку «5»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. **Оценку «4»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4»

получает обучающийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. **Оценку «3»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. **Оценку «2»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший менее 44% от максимально возможного количества баллов.