

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство общего и профессионального образования Ростовской области**  
**Отдел образования Администрации Целинского района**  
**МБОУ Журавлевская СОШ №17**

**РАССМОТРЕНО**

Председатель  
Методсовета

\_\_\_\_\_  
Богданов Е.Ю.  
Протокол №1  
от «30» 08 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам директора по  
УР

\_\_\_\_\_  
Богданов Е.Ю.  
Протокол № 1  
от «30» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ  
ЖСОШ №17

\_\_\_\_\_  
Авраменко Е.В.  
Приказ № 115  
от «31» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**(ID 674421)**

учебного предмета «основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс

с. Журавлевка 2023

## **Раздел 1. «Планируемые результаты освоения учебного предмета»**

### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий

в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
  - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
  - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы; - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач: - умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
  - формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
  - освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
  - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
  - применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;
- 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;
- Регулятивные:**
- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью;
  - владение навыками познавательной рефлексии для определения познавательных задач и средств их достижения;
  - владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

### **Предметные результаты:**

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять

- их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения; - осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;
- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, находить компромиссное решение в сложной ситуации;
- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- умение оказывать первую помощь, знание номеров телефонов экстренных служб;
- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно – оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников.

## Раздел 2. “Содержание учебного курса ОБЖ”

### КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 10 класса

#### Раздел 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».

##### Глава 1. «Научные основы обеспечения безопасности 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. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

##### Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности 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. Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

##### 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. Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

#### Раздел 2. Военная безопасность государства 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. Военская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы.

Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **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.

##### **Основы здорового образа жизни:**

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

#### **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. Медик психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

### Раздел 3. “Тематическое планирование”

#### Тематический план

| № п/п | Раздел учебной программы   | 10 класс<br>Кол-во<br>часов |
|-------|--|-----------------------------|
|       |  | <b>часов</b>                |
| 1     | <b>Раздел 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».</b> | 15                          |
| 2.    | <b>Раздел 2. Военная безопасность государства</b>                        | 10                          |
| 3.    | <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>      | 10                          |
|       | Итого:   | 33                          |

#### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 10 КЛАСС

| № п/п | Тема урока  | Кол-во часов | Дата |      |
|-------|---|--------------|------|------|
|       |   |              | план | факт |
|       | <b>Основы безопасности личности, общества, государства.</b> | <b>15</b>    | план | факт |

|   |  |          |       |  |
|---|--|----------|-------|--|
|   | <b>Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания</b> | <b>5</b> |       |  |
| 1 | Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.                         | 1        | 5.09  |  |
| 2 | Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.  | 1        | 12.09 |  |
| 3 | Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.                         | 1        | 19.09 |  |
| 4 | Медико – биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.                | 1        | 26.09 |  |
| 5 | Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.                       | 1        | 3.10  |  |
|   |  |          |       |  |

|    |   |          |       |  |
|----|---|----------|-------|--|
|    | <b>Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.</b>         | <b>5</b> |       |  |
| 6  | Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. | 1        | 10.10 |  |
| 7  | Защита национальной безопасности государства от военных угроз.                                  | 1        | 17.10 |  |
| 8  | Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.                          | 1        | 24.10 |  |
| 9  | Противодействие экстремизму.  | 1        | 7.11  |  |
| 10 | Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.                                  | 1        | 14.11 |  |
|    | <b>Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.</b>    | <b>5</b> |       |  |

|    |   |           |       |  |
|----|---|-----------|-------|--|
| 11 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).                                | 1         | 21.11 |  |
| 12 | Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.              | 1         | 28.11 |  |
| 13 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.  | 1         | 5.12  |  |
| 14 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.  | 1         | 12.12 |  |
| 15 | Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.                                      | 1         | 19.12 |  |
|    | <b>Военная безопасность государства.</b>  | <b>10</b> |       |  |
|    | <b>Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность</b>  | <b>5</b>  |       |  |
| 16 | Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. | 1         | 26.12 |  |
| 17 | Защита населения и территорий от радиационной опасности.  | 1         | 16.01 |  |

|    |  |          |       |  |
|----|--|----------|-------|--|
| 18 | Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.                          | 1        | 23.01 |  |
| 19 | Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.            | 1        | 30.01 |  |
| 20 | Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.                               | 1        | 6.02  |  |
|    | <b>Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.</b> | <b>5</b> |       |  |
| 21 | Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы                        | 1        | 13.02 |  |

|                |  |           |       |  |
|----------------|--|-----------|-------|--|
| 22             | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.                                       | 1         | 20.02 |  |
| 23             | Воинская обязанность и военная служба.   | 1         | 27.02 |  |
| 24             | Права и обязанности военнослужащих.  | 1         | 5.03  |  |
| 25             | Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.                    | 1         | 12.03 |  |
|                | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>                          | <b>10</b> |       |  |
|                | <b>Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания</b> | <b>5</b>  |       |  |
| 26             | Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.                  | 1         | 26.03 |  |
| 27             | Здоровый образ жизни и его составляющие.   | 1         | 2.04  |  |
| 28             | Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.                      | 1         | 9.04  |  |
| 29             | Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.                   | 1         | 16.04 |  |
| 30             | Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.                              | 1         | 23.04 |  |
| <b>Глава 7</b> | <b>Оказание первой помощи при неотложных состояниях</b>                            | <b>5</b>  |       |  |
| 31             | Первая помощь при неотложных состояниях  | 1         | 7.05  |  |

|    |  |   |       |  |
|----|--|---|-------|--|
| 32 | Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах | 1 | 14.05 |  |
| 33 |  |   |       |  |
|    | Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.                   | 1 | 21.05 |  |
|    |  |   |       |  |

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

<http://window.edu.ru>

<https://resh.edu.ru>

[www.school-collection.edu.ru](http://www.school-collection.edu.ru)

[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

