

Министерство образования и науки Республики Бурятия
МО «Хоринский район»
МБОУ «Тохорюктинская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ


Директор школы

Д.Д. Дашинимаева

Приказ № 34 от «31» 08.2020 г.

Рабочая программа

Предмет: *Основы безопасности жизнедеятельности*

Класс: 10

Количество часов: 34

Тип программы: *общеобразовательный*

Уровень: *базовый*

ФИО учителя: *Данзанов Тумэн Дабаевич*
на 2020-2021 учебный год

Рассмотрено 

Руководитель МО С.О. Дашиев

Протокол № от «31» 08.2020 г.

Согласовано: 

Зам. дир. по УВР Б.Б. Эжинов

«31» 08.2020 г.

у. Тохорюкта
2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности

10 класс.

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 № 1897г.) , на программе по предметной линии учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» (автор М.П.Фролов, М.В.Юрьева и др.) и Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ "Тохорюктинская СОШ". На курс "ОБЖ" в 10 классе отводится 34ч.(1 час в неделю).

1 Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «ОБЖ» в 10а классах на уровне среднего общего образования

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь: физкультура-ЗОЖ; история-ОВС; биология-ЗОЖ, оказание ПМП; география-выживание в природе, химия-опасные в-ва,экологическая безопасность; физика-природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

Личностными результатами обучения ОБЖ являются:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз .
- 2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности и жизнедеятельности.
- 3) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:

- 1) овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- 2) владение обучающимися навыками самостоятельно 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;
- 3) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- 4) приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- 5) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- 6) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 7) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

8) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

Предметными результатами обучения ОБЖ являются:

1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

2. Содержание программы

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 II. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Глава 3. 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 III. Здоровый образ жизни.

Глава 4. 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.

Распределение часов

№п/п	Наименование раздела и темы урока	Количество часов
	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
	Раздел II. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	7
	Глава 3. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	7
	Раздел IV. Здоровый образ жизни	9
	Раздел 4. Основы формирования здорового образа жизни	9
Итого: 35 часов		

3.Календарно - тематическое планирование по ОБЖ 10 класс

№	Тема	Кол-во часов	Содержание урока	Дата	
				План	Факт
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 общедовитого 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	Организация ГО в общеобразовательных учреждениях. Контрольная работа №2	1	Действия при угрозе ЧС		
Раздел II. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях					
Глава 3. 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					
Раздел 4. Основы формирования здорового образа жизни					
27	Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества	1	Индивидуальное здоровье, общественное здоровье		
28	Здоровье человека и его физическое развитие	1	Скоростная, силовая выносливость, 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 : 35 часов		(34 ч)			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575801

Владелец Дашинамаева Дарима Доржиевна

Действителен с 26.02.2021 по 26.02.2022