Приложение к ООП СОО,

утвержденной приказом МАОУ «СОШ №4»

от «31» августа 2021 г. № 905/О

**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**10 класс**

**(1 ч. в нед., 35 часов в год)**

***Учитель: Хомяк Д.Ю.***

**2021 – 2022**

**учебный год**

**Планируемые результаты изучения учебного предмета:**

**Личностные результаты:**

• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;

• формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;

• развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;

• воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;

• формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;

• воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают

*формирование универсальных учебных действий*, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

• формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

• анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

• выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

• генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — 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;

• находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

• применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

*умения 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;

*умения регулятивные (организационные):*

• саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

• владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;

• владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;

• владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают

формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

*в ценностно-ориентационной сфере:*

• ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;

• осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

*в коммуникативной сфере:*

• умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной

ситуации;

• умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

• стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

*в эстетической сфере:*

• умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;

• умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

*в бытовой, трудовой и досуговой сфере:*

• грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;

• соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;

• соблюдение правил отдыха в загородной зоне;

• знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;

• умение оказывать первую помощь;

• правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

*в сфере физической культуры и здорового образа жизни:*

• накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

• выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;

• соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и стресса здоровыми способами физической активности;

• умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**Содержание учебного предмета**

**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.

**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.

**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.

**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.

**Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.**

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

**Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

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.

**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.

Календарно-тематическое планирование на 2021-2022 учебный год

ОБЖ 10 класс

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Дата | | Тема урока | Кол-во часов | Планируемые результаты | Универсальные учебные действия | Примечание | |
| 10А | 10Б |
| Воспитательные задачи:  • развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;  • формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;  • развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;  • воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;  • формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;  • воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности. | | | | | | | |
| **Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)** | | | | | | | |
|  | 6.09 | 1.09 | Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 1 | Актуализируют ранее полученные знания о роли государства в обеспечении безопасности личности и общества. Характеризуют значение культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества в современном мире. Формулируют личные понятия о безопасности | учащиеся приобретают:  умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):  • формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);  • анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;  • выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;  • генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — 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;  • находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;  • применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;  *умения 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;  *умения регулятивные (организационные):*  • саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;  • владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;  • владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;  • владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены. |  |
|  | 13.09 | 8.09 | Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности | 1 | Изучают задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности. Характеризуют стратегию и тактику управления безопасностью жизнедеятельности |  |
|  | 20.09 | 15.09 | Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания | 1 | Анализируют причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Выявляют причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека. Генерируют идеи, моделируют индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях |  |
|  | 27.09 | 22.09 | Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания | 1 | Выявляют общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. Характеризуют медико-биологические основы здоровья человека |  |
|  | 4.10 | 29.09 | Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания | 1 | Определяют цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Выбирают средства реализации поставленных целей, оценивают результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности |  |
| **Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)** | | | | | |  |
|  | 11.10 | 6.10 | Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности | 1 | Характеризуют и формулируют основное содержание федеральных законов и подзаконных актов. Рассматривают нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека |  |
|  | 18.10 | 13.10 | Защита национальной безопасности государства от военных угроз | 1 | Анализируют военные угрозы национальной безопасности России. Характеризуют Стратегию национальной безопасности. |  |
|  | 25.10 | 20.10 | Защита личности, общества, государства от угроз социального характера | 1 | Анализируют военную политику государства. Приводят примеры вооруженных конфликтов; локальных, региональных и крупномасштабных войн. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Характеризуют внутренние опасности России. Устанавливают и сравнивают разные точки зрения |  |
|  | 08.11 | 27.10 | Противодействие экстремизму | 1 | Изучают федеральные законы по защите от экстремизма. Характеризуют основные принципы и направления противодействия экстремизму. Определяют направления деятельности спецслужб и правоохранительных органов |  |
|  | 15.11 | 10.11 | Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации | 1 | Характеризуют меры противодействия терроризму и наркотизму. Изучают федеральные законы по защите населения от социальных угроз. Приобретают навыки противостояния социальным угрозам,  вырабатывают нравственные качества и убеждения |  |
| **Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)** | | | | | |  |
|  | 22.11 | 17.11 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | 1 | Рассматривают территориальные и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС. Характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Формулируют основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны |  |
|  | 29.11 | 24.11 | Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях | 1 | Характеризуют предназначение и основные задачи гражданской обороны. Рассматривают структуру и органы управления. Изучают основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Называют права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Совершенствуют практические навыки и умения при выполнении действий по сигналам оповещения |  |
|  | 06.12 | 01.12 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера | 1 | Характеризуют опасные природные явления и их последствия, перечисляют поражающие факторы и особенности чрезвычайных ситуаций природного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера |  |
|  | 13.12 | 08.12 | Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 1 | Характеризуют чрезвычайные ситуации техногенного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеризуют правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ |  |
|  | 20.12 | 15.12 | Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование | 1 | Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания. Закрепляют и совершенствуют правила безопасного поведения на транспорте. Выясняют роль инженерной защиты в системе мер по защите населения. Объясняют необходимость добровольного и обязательного страхования |  |
| **Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)** | | | | | |  |
|  | 27.12 | 22.12 | Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения | 1 | Рассматривают чрезвычайные ситуации военного характера и различные виды оружия массового поражения. Характеризуют индивидуальные и коллективные средства  защиты населения |  |
|  |  | 29.12 | Защита населения и территорий от радиационной опасности | 1 | Характеризуют радиационную безопасность населения и территорий. Формулируют общие рекомендации при угрозе ядерного заражения. Работают с интерактивными схемами и заданиями |  |
|  |  |  | Средства коллективной защиты от оружия массового поражения | 1 | Рассматривают средства коллективной защиты населения. Закрепляют знания о защитных свойствах и характерных особенностях убежищ и укрытий. Характеризуют особенности противорадиационного укрытия |  |
|  |  |  | Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности | 1 | Актуализируют знания по экологической безопасности. Характеризуют источники биолого-социальной и экологической опасности. Изучают характеристику биологических чрезвычайных ситуаций |  |
|  |  |  | Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи | 1 | Актуализируют полученные ранее знания о специальных и простейших средствах индивидуальной защиты органов дыхания. Характеризуют виды и особенности  противогазов. Совершенствуют умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи |  |
| **Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)** | | | | | |  |
|  |  |  | Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы | 1 | Характеризуют структуру и анализируют организационную основу Вооруженных Сил Российской Федерации. Расширяют знания о структуре Вооруженных Сил |  |
|  |  |  | Состав Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 | Анализируют состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Актуализируют знания и дают краткую характеристику видов Вооруженных Сил.  Закрепляют знание федеральных законов. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации |  |
|  |  |  | Воинская обязанность и военная служба | 1 | Закрепляют знание законодательных основ военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации. Определяют структуру и содержание воинской обязанности |  |
|  |  |  | Права и обязанности военнослужащих | 1 | Рассматривают законодательные основы социальной защиты военнослужащих. Изучают права и обязанности военнослужащих. Характеризуют общие, должностные,  специальные обязанности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий |  |
|  |  |  | Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 | Характеризуют боевые традиции и структуру воинских ритуалов. Изучают порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации. |  |
| **Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)** | | | | | |  |
|  |  |  | Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья | 1 | Объясняют социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания. Анализируют понятия «индивидуальное здоровье» и «общественное здоровье». |  |
|  |  |  | Здоровый образ жизни и его составляющие | 1 | Раскрывают сущность понятия «здоровый образ жизни», его значение и составляющие. Формируют целостное представление о здоровом образе жизни как средстве  обеспечения общего благополучия человека |  |
|  |  |  | Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики | 1 | Расширяют знания об инфекционных заболеваниях и методах их профилактики. Перечисляют источники инфекционных заболеваний и факторы риска. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний |  |
|  |  |  | Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики | 1 | Актуализируют знания об основных неинфекционных заболеваниях. Перечисляют и характеризуют факторы риска неинфекционных и сердечно-сосудистых заболеваний. Объясняют меры профилактики |  |
|  |  |  | Профилактика заболеваний, передающихся половым путем | 1 | Формируют целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек. Изучают и анализируют симптомы, последствия заболеваний, передающихся половым путем, и меры профилактики. Систематизируют знания по данной теме |  |
| **Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч)** | | | | | |  |
|  |  |  | Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок | 1 | Актуализируют знания по оказанию помощи при неотложных состояниях. Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи. |  |
|  |  |  | Правила оказания первой помощи при травмах | 1 | Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при травмах. Перечисляют противошоковые мероприятия |  |
|  |  |  | Первая помощь при кровотечениях, ранениях | 1 | Характеризуют виды кровотечений и способы их остановки. Расширяют и систематизируют свои знания по данной теме. Практически отрабатывают умения остановки кровотечений различными способами |  |
|  |  |  | Первая помощь: сердечно-легочная реанимация | 1 | Систематизируют и расширяют знания о проведении сердечно-легочной реанимации. Практически отрабатывают умения. Характеризуют признаки жизни и признаки смерти. Перечисляют порядок оказания реанимационных мероприятий |  |
|  |  |  | Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах | 1 | Перечисляют порядок действий при оказании первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении связок и переломах. Систематизируют знания об иммобилизации и транспортировке. Демонстрируют практические умения |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ** | | |
| **СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП** | | |
| Сертификат | 603332450510203670830559428146817986133868575778 | |
| Владелец | Исянгулова Оксана Александровна | |
| Действителен | С 25.06.2021 по 25.06.2022 | |