

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Чепчуговская средняя общеобразовательная школа
Высокогорского муниципального района Республики Татарстан»

“Рассмотрено”
Руководитель ШМО
Блохина /Блохина Е.Н./
Протокол № 1 от
“16” 08 2022 г.
г.

“Согласовано”
Заместитель директора по УР
Заля /Заляева Г.И./
“16” 08 2022 г.



**Рабочая программа
по ОБЖ для 10 класса**

Гильфанова К.Ш.. учителя ОБЖ первой квалификационной категории

Рассмотрено на заседании
педагогического
совета (Протокол № 1
от “17” 08 2022 г.

2022-2023 учебный год

Планируемые результаты освоения учебного предмета ОБЖ

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств 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, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и

осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

– умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

– умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

– овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

– умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

– умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;

– освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

– умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и

отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

– умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

– формирование и развитие компетентности в области использования информационнокоммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

– формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

– формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

– понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

– 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;

– понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

– формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;

– формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

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

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

– знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;

– умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

– умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

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

– овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с

учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Основное содержание программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности

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.

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 Росси. 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.

Календарно-тематическое планирование обж – 10 класс.

№ урока	Содержание темы и учебные вопросы	Дата проведения		Примечание
		План	Факт	
<p><i>1. Безопасность и защита человека в опасных чрезвычайных ситуациях – 13 часов</i> <i>Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения - 6 часов</i></p>				
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях: 1.Разбор наиболее возможных причин попадания в условия вын. автон. существования 2.Отработка правил ориентирования, движения по азимуту, обеспечения водой			

	и питанием, добыча огня,			
2	<p>Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера:</p> <p>1. На улице и в общественных местах</p> <p>2. В общественном и ж/д транспорте</p> <p>3. В доме.</p>			
3	<p>Уголовная ответственность (УО) несовершеннолетних:</p> <p>1. Понятие о преступлении, особенности уголовной ответственности несовершеннолетних</p> <p>2. УО за хулиганство и вандализм</p> <p>3. УО за порчу и угон транспортного сред-ва</p>			
4	<p>Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера:</p> <p>1. Во время урагана, грозы, наводнения, землетрясения, ливня, снежных бурь...</p> <p>2. Во время взрывов, пожаров, транспортных и гидродинамических аварий, химических и радиационных заражений</p>			
5	<p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, ее структура и задачи:</p> <p>1. Предназначение и задачи РСЧС</p> <p>2. Структура РСЧС</p> <p>3. Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС</p>			

6	<p>Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности:</p> <p>1. Конституция РФ, ФЗ: «О защите населения и территорий от ЧС...», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму»</p>			
<p><i>Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны - 7 часов</i></p>				
7	<p>2.1 Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны:</p> <p>1. Предназначение и задачи ГО</p> <p>2. Структура и органы управления ГО</p> <p>3. Организация защиты учащихся от ЧС</p>			
8	<p>2.2 Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения:</p> <p>1. Ядерное оружие, поражающие факторы</p> <p>2. Химическое оружие, классификация ОВ</p> <p>3. Бактериологическое оружие</p> <p>4. Современные обычные средства поражения</p>			
9	<p>2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях возникающих ЧС военного и мирного времени:</p> <p>1. Система оповещения населения о ЧС</p> <p>2. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!»</p>			

	3. Действия по сигналам оповещения			
10	2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени: 1. Назначение и виды средств инжен. защиты 2. Убежища, ПРУ, укрытия простейшего типа 3. Размещение и правила поведения людей			
11	2.5. Средства индивидуальной защиты: 1. Средства защиты органов дыхания 2. Средства защиты кожи 3. Отработка надевания ГП-7 и ОЗК 4. Медицинские средства защиты			
12	2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций: 1. Основные виды СНАВР в зонах ЧС 2. Санитарная обработка населения 3. Жизнеобеспечение населения в ЧС			
13	2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении: 1. Организация ГОЧС в школе			

	<p>2.Формирования ГОЧС</p> <p>3.План гражданской обороны школы</p> <p>4. Обязанности учащихся по ГОЧС</p>			
<p><i>II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни- 10 часов</i></p> <p><i>Тема 3 .Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний - 3 часа</i></p>				
14	<p>3.1. Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности:</p> <p>1.Основные понятия о здоровье и его состав</p> <p>2.Влияние окружающей среды на здоровье</p> <p>3.Сохранение и укрепление здоровья</p>			
15	<p>3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика:</p> <p>1.Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний</p> <p>2.Возникновение и распространение ИЗ</p> <p>3.Иммунитет и иммунная реакция организма</p> <p>4.Профилактика ИЗ</p>			
16	<p>3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика:</p> <p>5.Наиболее часто возникающие в регионе нашего проживания ИЗ</p> <p>6.Механизм их передачи</p> <p>7.Профилактика этих ИЗ</p>			

<i>Тема 4. Основы здорового образа жизни.- 7 часов.</i>				
17-18	<p>4.1. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его составляющие:</p> <p>1.Составляющие здорового образа жизни</p> <p>2.Основные элементы жизнедеятельности человека и их рациональное сочетание</p> <p>3.Значение режима труда и отдыха.</p>			
19-20	<p>4.2. Биологические ритмы (БР) и работоспособность человека:</p> <p>1.Основные понятия о БР организма</p> <p>2.Влияние БР на уровень жизнедеятельности</p> <p>3Учет БР</p> <p>для повышения работоспособности</p>			
21	<p>4.3. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья чел-ка: 1.Двигательная активность и ее значение</p> <p>2.Сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества и гибкость</p> <p>3.Закаливающие процедуры и их виды.</p>			
22-23	<p>4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек:</p> <p>1.Влияние табака на организм человека</p>			

	2.Влияние алкоголя на здоровье человека 3.Наркомания и токсикомания			
<i>III. Основы военной службы – 12 часов</i>				
<i>5. Вооруженные Силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества - 6 часов</i>				
24-25	5.1. История создания Вооруженных сил (ВС) России: 1.ВС Московского государства. Военная реформа Ивана Грозного 2. Создание в России регулярной армии. Военная реформа Петра 1 3.Создание в России массовой армии. Военные реформы в конце 19 в нач. 20 в.в. 4.Советские Вооруженные Силы. Образование ВС России.			
26	5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. История создания и предназначение: 1.Виды Вооруженных Сил, рода войск. 2 Сухопутные войска их состав, вооружение 3. ВВС,назначение, состав, вооружение 4. ВМФ, назначение, состав, вооружение			

27	<p>5. Рода войск не входящие в виды ВС: РВСН, Космические силы, ВДВ</p> <p>6. Специальные войска: инженерные, связи, Войска рад-ой, хим-ой и биологической заш.</p> <p>7 Тыл ВС РФ: спец. войска, базы и склады...</p>			
28	<p>5.3. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству:</p> <p>1. Привлекаемые к обороне: Пограничные, Внутренние, Железнодорожные, Войска ГО.</p> <p>2. Привлекаемые для выполнения отдельных задач:</p>			
29	<p>5.4. Военнослужащий – патриот с честью несущий звание защитника Отечества:</p> <p>1. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить высокое звание – защитника Отечества.</p>			
<i>Тема 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России. 3 часа</i>				
30	<p>6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества:</p> <p>1. Понятие о боевых традициях ВС РФ</p> <p>2. Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего</p> <p>3. Верность воинскому долгу – конкретное проявление патриотизма.</p>			
31	<p>6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России:</p>			

	<p>1.Дни воинской славы России:..</p> <p>2.Увековечивание памяти российских воинов, отличившихся в сражениях</p>			
32	<p>6.3. Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений:</p> <p>1.Понятие о воинском коллективе, его особенности.</p> <p>2. Войсковое тов-во – боевая традиция ВС</p>			
<i>Тема 7. Символы воинской чести. 3 часа</i>				
33	<p>7.1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.</p> <p>1.Понятие Боевое Знамя в/ч и история соз-н</p> <p>2.Хранение Боевого Знамени</p>			
34	<p>7.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе:</p> <p>1.История государственных наград России</p> <p>2.Наименование орденов и медалей России</p>			
35	<p>7.3. Ритуалы Вооруженных Сил РФ:</p> <p>1.Понятие о воинских ритуалах и их виды (вручение вооружения и боевой техники, проводы в запас, принятия присяги)</p> <p>2.Содержание главных ритуалов.</p>			

