


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Волжский городской лицей»
Республики Марий Эл**

Рассмотрено
на заседании кафедры
социальных дисциплин
Протокол № 1
от «27» августа 2021 г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР
 / Л.Г. Новожилова/
«27» августа 2021 г.

Утверждаю
Директор МОУ «ВГЛ»
 С.М. Захарова/
Приказ № 2708001-од
от «27» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

10 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе базового учебника по ОБЖ. Авторы С.В.Ким, В.А.Горский. Издательство: «Вентана-Граф», Москва 2020г. Учебник предназначен для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений.

Программа рассчитана на 34 часа в год, 1 час в неделю
Рабочая программа по предмету составлена с учетом Программы воспитания МОУ «ВГЛ» на 2021-2025 учебный год.
Учебно-методическое обеспечение курса

1. С.В.Ким, В.А.Горский. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство: «Вентана-Граф», Москва 2020
2. CD-диск. TeachPro. «Основы безопасности жизнедеятельности». 10 класс

В последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частоты проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера и отсутствием навыков поведения в повседневной жизни, в различных опасных ситуациях. В деле защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций возрастает роль и ответственность системы подготовки учащихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость выработки у населения привычек здорового образа жизни.

Настоящая программа составлена на 34 часа (1 час в неделю), рассчитана на один учебный год.

Особенностью обучения ОБЖ в 10 классе является создание у учащихся представления о чрезвычайных ситуациях, безопасность и защита человека в ЧС, иметь представление о предотвращении возможных опасностей и навыки рационального поведения в условиях уже существующих опасностей в целом. Ознакомление учащихся с основами подготовки к военной службе.

Цели обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:

- **Образовательная** – освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанности граждан по защите государства;
- **Воспитательная** – формирование у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы обеспечения безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства;
- **Развивающая** – развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни;

необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

Задачи обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:

- Формировать умения: оценка ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

Содержание учебного курса

Программа состоит из 3 разделов:

Раздел I «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья» включает в себя следующие темы:

1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.
2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.
3. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия
4. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.
5. 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.
6. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.
7. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
8. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
9. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.
10. Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)

Раздел II «Государственная система обеспечения безопасности населения» состоит из следующих тем:

- *Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера:*

1. 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)*

1. РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

- *Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.*

1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны
2. Структура и органы управления гражданской обороны
3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.
4. Оповещение и информирование населения об опасностях возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
5. 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.
6. 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.
7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение.
8. 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.
9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложников. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
10. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

- *Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.*

1. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
2. Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.
3. Служба скорой медицинской помощи.
4. Другие государственные службы в области безопасности.

Раздел III «Основы обороны государства и воинская обязанность» включает изучения следующих тем:

- *История создания Вооруженных сил России*

1. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.
2. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.
3. Вооруженные силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

- *Организационная структура Вооруженных сил*

1. Виды Вооруженных сил Российской Федерации, рода Вооруженных сил Российской Федерации, рода войск.
2. Сухопутные войска: история создания, предназначения, структура.
3. Военно-воздушные силы: история создания, предназначения, структура.
4. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначения, структура.
5. Космические войска: история создания, предназначения, структура.
6. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначения, структура.
7. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных сил.
8. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

- *Воинская обязанность*

1. 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.
2. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.
3. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.
4. Правовые основы военной службы. Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву.
5. Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по призыву.
6. Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.
7. Статус военнослужащих.
8. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных сил и родах войск.
9. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.
10. Воинская дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.
11. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказ, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)

- *Воинские символы и боевые традиции Вооруженных сил.*

1. Дни воинской славы России – дни славных побед.
2. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.
3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

4. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.
 5. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.
 6. 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*
1. 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.
 2. Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования.
 3. Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.

Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся 10 – го класса должны

- *знать /понимать:*

1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
2. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
3. Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
4. Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
5. Предназначение, структуру и задачи РСЧС;
6. Предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
7. Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
8. Порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
9. Состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
10. Основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
11. Основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы
12. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)

- *уметь:*

1. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
 2. Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
 3. Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
 4. Соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
 5. Адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
 6. Прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей)
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

1. Ведения здорового образа жизни;
2. Оказания первой медицинской помощи;
3. Развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
4. Вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.
5. Понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по ОБЖ.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА И ТЕМЫ	Кол-во часов	Виды контроля
	<u>1 РАЗДЕЛ: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</u>	<u>7</u>	
	Сохранение здоровья		
1	Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)	4	
2		3	Тест
	<u>2 РАЗДЕЛ: Государственная система обеспечения безопасности населения</u>	<u>8</u>	
	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного		

	характера.	1	
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	
3	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	5	Тест
4	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	1	Тест
	<u>3 РАЗДЕЛ: Основы обороны государства и воинская обязанность.</u>		
5		<u>16</u>	Тест
6	История создания Вооруженных сил России		
	Организационная структура Вооруженных сил		
	Воинская обязанность	2	Тест
	Воинские символы и боевые традиции Вооруженных сил.	3	Тест
7	Военно-профессиональная ориентация	6	Тест
8	Резерв	4	Тест
		1	
		<u>3</u>	

Итого:34 = 31 + 3 резервных часа