**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**Чистюньская средняя общеобразовательная школа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Рассмотрено»**  на педагогическом совете  МКОУ Чистюньской СОШ  от 30.08.2022, протокол №1 | **«Согласовано»**  Заместитель директора по УВР МКОУ Чистюньской СОШ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_О.П.Захарова/  «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г. | **«Утверждаю»**  приказом директора МКОУ Чистюньской СОШ  Приказ от 31.08.2022 №112/11  \_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_Г.А.Лященко/ |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «ОБЖ» для 10 класса

(среднее общее образование)

на 2022 – 2023 учебный год

Рабочая программа составлена на основе

Примерной рабочей программы по Основам безопасности

жизнедеятельности

*Составитель:*

Шипулина Татьяна Александровна

учитель ОБЖ

2022г.

**1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «ОБЖ» 10 класс.**

**Личностные результаты:**

• развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному амоопределению 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 поведнием 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 дистресса здоровыми способами физической активности;

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

**2. Содержание учебного предмета «ОБЖ» 10 класс.**

**Раздел 1 Основы безопасности личности, общества, 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.

**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.

**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.

**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. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

**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.

**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.

**3. Тематическое планирование учебного предмета «ОБЖ» 10 класс.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование модулей, разделов, тем** | **Количество часов** |
| Раздел 1 Основы безопасности личности, общества, государства | 15 ч |
| Глава 1 Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания | 5 ч |
| Глава 2 Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства | 5 ч |
| Глава 3 Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных  ситуациях | 5 ч |
| Раздел 2 Военная безопасность государства | 10 ч |
| Глава 4 Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность | 5 ч |
| Глава 5 Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз | 5 ч |
| Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 10 ч |
| Глава 6 Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания | 5 ч |
| Глава 7 Оказание первой помощи при неотложных состояниях | 5 ч |

**Приложение №1**

**4. Календарно тематическое планирование учебного предмета «ОБЖ» 10 класс.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № П\П | | Дата по плану | | Коррекция | Кол-во часов | | | Тема урока, основное содержание |
| **Раздел 1 Основы безопасности личности, общества, государства 15 ч** | | | | | | | | |
| **Глава 1 Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания 5 ч** | | | | | | | | |
| 1 |  | |  | | | 1 | 1 Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. | |
| 2 |  | |  | | | 1 | 2 Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. | |
| 3 |  | |  | | | 1 | 3 Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитанияю | |
| 4 |  | |  | | | 1 | 4 Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. | |
| 5 |  | |  | | | 1 | 5 Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. | |
| **Глава 2 Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства 5ч** | | | | | | | | |
| 6 |  | |  | | | 1 | 1 Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности | |
| 7 |  | |  | | | 1 | 2 Защита национальной безопасности государства от военных угроз. | |
| 8 |  | |  | | | 1 | 3 Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. | |
| 9 |  | |  | | | 1 | 4 Противодействие экстремизму. | |
| 10 |  | |  | | | 1 | 5 Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. | |
| **Глава 3 Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных**  **Ситуациях 5ч** | | | | | | | | |
| 11 |  | |  | | | 1 | 1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | |
| 12 |  | |  | | | 1 | 2 Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. | |
| 13 |  | |  | | | 1 | 3 Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. | |
| 14 |  | |  | | | 1 | 4 Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. | |
| 15 |  | |  | | | 1 | 5 Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование. | |
| **Раздел 2 Военная безопасность государства 10ч** | | | | | | | | |
| **Глава 4 Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность 5ч** | | | | | | | | |
| 16 |  | |  | | | 1 | 1 Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. | |
| 17 |  | |  | | | 1 | 2 Защита населения и территорий от радиационной опасности. | |
| 18 |  | |  | | | 1 | 3 Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. | |
| 19 |  | |  | | | 1 | 4 Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. | |
| 20 |  | |  | | | 1 | 5 Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. | |
| **Глава 5 Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз 5ч** | | | | | | | | |
| 21 |  | |  | | | 1 | 1 Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. | |
| 22 |  | |  | | | 1 | 2 Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. | |
| 23 |  | |  | | | 1 | 3 Воинская обязанность и военная служба. | |
| 24 |  | |  | | | 1 | 4 Права и обязанности военнослужащих. | |
| 25 |  | |  | | | 1 | 5 Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. | |
| **Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10ч** | | | | | | | | |
| **Глава 6 Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания 5ч** | | | | | | | | |
| 26 |  | |  | | | 1 | 1 Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. | |
| 27 |  | |  | | | 1 | 2 Здоровый образ жизни и его составляющие. | |
| 28 |  | |  | | | 1 | 3 Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. | |
| 29 |  | |  | | | 1 | 4 Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. | |
| 30 |  | |  | | | 1 | 5 Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. | |
| **Глава 7 Оказание первой помощи при неотложных состояниях** | | | | | | | | |
| 31 |  | |  | | | 1 | 1 Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. | |
| 32 |  | |  | | | 1 | 2 Правила оказания первой помощи при травмах. | |
| 33 |  | |  | | | 1 | 3 Первая помощь при кровотечениях, ранениях. | |
| 34 |  | |  | | | 1 | 4 Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. | |
| 35 |  | |  | | | 1 | 5 Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. | |