

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8  
С.САДОВОГО АРЗГИРСКОГО РАЙОНА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

РАССМОТРЕНА  
и рекомендована  
МО учителей эстетического цикла  
(педагогическая мастерская)  
Протокол от «26» 08 2023г. №1

СОГЛАСОВАНА  
Зам. директора по УВР  
«28» 08 2023г.  
 С.В.Пономарева

УТВЕРЖДЕНА  
решением педагогического совета  
Протокол 26.08.2023№1  
Приказ от 01.09.2023г.№1  
Директор МКОУ СОШ №8 с. Садового  
 Н. В. Блинова



Рабочая программа по учебному предмету ОБЖ  
для 10 класса  
(базовый уровень)  
на 2023-2024 уч. год

*Количество часов в год – 34*

*Количество часов в неделю – 1*

Преподаватель-организатор ОБЖ  
МОСЕСЯН РУДИК ОСЕПОВИЧ

с. Садовое 2023г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10 класса общеобразовательных учреждений (авторы программы - М. П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева), напечатанной в методических рекомендациях «Тематическое и поурочное планирование по основам безопасности жизнедеятельности» / под общ. ред Ю.Л. Воробьева – М.: Астрель, 2013г, и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (основного) общего образования.). При составлении программы руководствовались: Федеральным Законом от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Базисным учебным планом общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденным приказом Минобрнауки РФ №1312 от 09.03.2004; Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования, утвержденный МО РФ от 05.03.2004 №1089; письмом Министерства образования и науки РФ от 28 октября 2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»; «Положением о порядке утверждения и структуре рабочих программ учебных курсов, предметов.

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часов в год, на основе учебного плана МКОУ СОШ №8 с. Садового Арзгирского района Ставропольского края

Изучение курса «основ безопасности жизнедеятельности» на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

- **усвоение и закрепление учащимися знаний:**
- - об опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера;
- - о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства;
- - об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса;
- - о государственной системе обеспечения защиты населения страны от ЧС мирного и военного времени;
- - об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации;
- - об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и ЧС, при угрозе террористического акта;
- - о мерах профилактики наркомании;

- - о роли ЗОЖ для обеспечения демографической безопасности страны;
- - о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- - об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
- **усвоение учащимися содержания:**
- - основных положений Конституции РФ и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму;
- - нормативно-правовых актов РФ, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму.
- **усвоение и закрепление учащимися знаний:**
- - о предназначении, основных функциях и задачах Вооружённых Сил РФ;
- - о видах Вооружённых Сил РФ и родах войск;
- - о руководстве и управлении Вооружёнными Силами РФ;
- - об участии Вооружённых Сил России в контртеррористических операциях;
- - о государственных и военных символах РФ.
- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином РФ конституционного долга и обязанностей по защите Отечества.
- **развитие у учащихся:**
- - личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта;
- - потребности в соблюдении норм ЗОЖ;
- - потребности к выполнению требований, предъявляемых гражданину России в области безопасности жизнедеятельности;
- - физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооружённой защите РФ, при прохождении

военной службы по призыву или по контракту в современных Вооружённых Силах РФ или других войсках.

Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и ЧС (природного, техногенного и социального характера);
- умение анализировать своё поведение в повседневной жизни и в различных опасных и ЧС, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- умение вносить определённые коррективы в своё поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищённости своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях ЧС;
- умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина РФ в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооружённой защите РФ;
- умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.

В учебном плане на изучение ОБЖ в 10 классе предусмотрено 34 часов, 1 час в неделю.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### **Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (13 часов)**

#### **Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения**

**(6 часов)**

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.

Правила поведения в ситуациях криминального характера.

Правила поведения в условиях ЧС природного, техногенного

Характера. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций(РСЧС). Структура и задачи. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

#### **Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов)**

Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств защиты.

Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.

### **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)**

#### **Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 часа)**

Сохранение и укрепление здоровья - важная забота каждого человека и всего общества.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

#### **Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 часов)**

Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни. Культура питания. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха, хороший сон - составляющие здорового образа жизни. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Наркомания. Профилактика вредных привычек.

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Основы здорового образа жизни

#### **Раздел 3. Основы военной службы (11 часов) Глава 5. Вооружённые силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества (4 часа)**

Родина и её национальная безопасность. История создания и развития ВС России. Состав Вооружённых сил Российской Федерации. Структура вооружённых сил и управление ими. Рода войск вооружённых сил России. Другие войска, их состав и предназначение.

#### **Глава 6. Боевые традиции Вооружённых сил России (3 часа)**

Патриотизм и верность воинскому долгу-защитника Отечества. Память поколений - дни воинской славы России. Дружба и войсковое товарищество-основа боевой готовности войск.

#### **Глава 7. Символы воинской чести (4 часа)**

Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы вооружённых сил Российской Федерации. Основы военной службы. Вооружённые силы ВС РФ. Символы воинской чести.

### **ПЕРЕЧЕНЬ РАЗДЕЛОВ (ТЕМ) ПРОГРАММЫ**

#### **СТРУКТУРА КУРСА**

Раздел 1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	13 часов	06.09 – 06.12
Раздел 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10 часов	13.12-21.02
Раздел 3	Основы военной службы	12 часов	28.02-30.05

## Планируемые результаты

Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «Требования к уровню подготовки обучающихся» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

### **УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ:**

#### **Знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

#### **Уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.



### III. Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 10 классе.

№	Наименование тем и разделов	К- во часо в	Тип урока	Требования к уровню подготовки	Наглядные пособия	Дата проведе ния	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (13 часов)</b>							
<b>Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения (6 часов)</b>							
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	комбинированный	знать правила поведения в данных условиях	Икт	02.09	1.1 стр.9-14
2	Правила поведения в ситуациях криминального характера.	1	комбинированный	знать правила поведения в данных условиях	Дидактический материал	09.09	1.2 стр.14-22
3	Правила поведения в условиях ЧС природного, техногенного характера	1	комбинированный	знать классификацию ЧС природного и техногенного характера;	Дидактический материал	16.09	1.3 стр.22-28

4	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1	комбинированный	знать законодательство РФ о защите населения	Дидактический материал	23.09	1.4 стр.29-32
5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и задачи.	1	Урок беседа	знать структуру и задачи РСЧС	икт	30.09	1.5 стр.32-36
6	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1	Урок лекция	воспитывать правовую грамотность	икт	07.10	1.6 стр.36-42
<b>Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов)</b>							
7	Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	1	изуч. нового материала	знать основные понятия и определения ГО	икт	14.10	2.1 стр.43-46
8	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	1	комбинированный	знать способы защиты от современного оружия	икт	21.10	2.2 стр.46-71
9	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного	1	комбинированный	знать способы и порядок оповещения в ЧС;	икт	28.10	2.3 стр.71-73

	времени.						
10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1	комбинированный	знать способы защиты населения и правила поведения в защитных сооружениях	икт	11.11	2.4 стр.73-85
11	Средства индивидуальной защиты.	1	комбинированный	уметь правильно пользоваться средствами СИЗ	икт	18.11	2.5 стр.85-104
12	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств защиты.	1	комбинированный	знать организацию ведения разведки в зоне ЧС, организацию АСДНР и санитарной обработки	икт	25.11	2.6 стр.104-117
13	Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.	1	комбинированный	знать организацию гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях	икт	02.12	2.7 стр.118-119

**Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)**

**Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 часа)**

14	Сохранение и укрепление здоровья - важная забота каждого человека и всего	1	изучение нового материала	знать понятия «здоровье», критерии здоровья	икт	09.12	3.1 стр.122-129
----	---	---	---------------------------	---	-----	-------	-----------------

	общества.						
15	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	комбинированный	знать виды инфекционных заболеваний, причины их возникновения, меры профилактики	икт	16.12	3.2 стр.129-143
16	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	повторительно-обобщающий урок	проверить усвоение материала	Раздаточный материал	23.12	3.2 стр.143-151
<b>Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 часов)</b>							
17	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье.	1	изучение нового материала	знать понятия, термины ЗОЖ  знать понятия о режиме жизнедеятельности,  представление о значении двигательной активности для здоровья человека	икт	30.12	4.1 стр.153-154
18	Основные составляющие здорового образа жизни .Культура питания.	1	комбинированный	знать представление о факторах, влияющих на здоровье. Культуру питания.	Дидактический материал  икт	13.01	4.1 стр.155-157
19	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха, хороший сон - составляющие	1	комбинированный	Знать биоритмы и их влияние на режим труда и	икт	20.01	4.2 стр.157-165

	здорового образа жизни.			отдыха			
20	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	1	комбинированный	Знать основные виды активной деятельности подростка.	икт	27.01	4.3 стр.166-175
21	Вредные привычки ,их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	комбинированный	Знать влияние никотиновой, алкогольной зависимости на организм подростка.	икт	03.02	4.4 стр.175-181
22	Вредные привычки ,их влияние на здоровье. Наркомания. Профилактика вредных привычек.	1	комбинированный	Знать профилактику вредных привычек. ФЗ РФ. Влияние наркомании на организм подростка.	икт	10.02	4.4 стр.181-182
23	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Основы здорового образа жизни	1	Урок обобщающего повторения	Знать здоровый образ жизни понятие и структуру. Факторы , влияющие на здоровье. Профилактику инфекционных заболеваний.	Раздаточный материал	17.02	Повт. Стр.122-182

**Раздел 3. Основы военной службы (12 часов)**

**Глава 5. Вооружённые силы Российской Федерации-защитники нашего Отечества (4 часа)**

24	Родина и её национальная безопасность.	1	изучение нового материала	знать военную реформу Александра II .	икт	02.03	5.1 стр.184-196
25	История создания и развития ВС России.	1	комбинированный	знать ход становления вооруженных сил на Руси, историю создания ВС России	икт	16.03	5.2 стр.196-209
26	Состав Вооружённых сил Российской Федерации .Структура вооружённых сил и управление ими. Рода войск вооружённых сил России.	1	комбинированный	знать структуру ВС, виды и рода войск, основные функции ВС РФ	икт	23.03	5.3 стр.212-230
27	Другие войска, их состав и предназначение.	1	комбинированный	знать назначение и задачи пограничных, ФСБ, внутренних и войск гражданской обороны.	икт	06.04	5.3 стр.230-234
<b>Глава 6. Боевые традиции Вооружённых сил России (3 часа)</b>							
28	Патриотизм и верность воинскому долгу-защитника Отечества	1	изучение нового материала	продолжить патриотическое воспитание учащихся	икт	13.04	6.1 стр.237-245
29	Память поколений - дни воинской славы России .	1	комбинированный	знать памятные даты России	икт	20.04	6.2 стр.245-263
30	Дружба и войсковое товарищество-основа боевой готовности войск.	1	комбинированный	Знать особенности воинского коллектива ,уставной	икт	27.04	6.3 стр.263-267

				порядок взаимоотношений в нём.			
<b>Глава 7. Символы воинской чести (5 часов)</b>							
31	Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.	1	изуч. нового материала	знать понятие «боевое знамя воинской части»	икт	04.05	7.1 стр.268-273
32	Ордена -почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	комбинированный	знать историю государственных наград за военные отличия СССР и России.	икт	11.05	7.2 стр.273-279
33	Ритуалы вооружённых сил Российской Федерации.	1	комбинированный	Знать ритуалы приведения к присяге, вручения боевого знамени, оружия и боевой техники.	икт	18.05	7.3 стр.279-288
34	Основы военной службы. Вооружённые силы РФ. Символы воинской чести.	1	повторительно-обобщающий урок	проверить знания учащихся		25.05	Повт.5.1-7.3
35	Повторение и обобщение материала	1	повторительно-обобщающий	Проверить знания учащихся			

			урок				
--	--	--	------	--	--	--	--

