



**ДАРОВАНИЕ**  
частная школа

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АУТОНОМНАЯ  
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ШКОЛА "ДАРОВАНИЕ"»

141300, МО, г. Сергиев Посад, ул. Сергиевская, д. 16  
Тел.: 8(985)962-02-33, 8(963)780-33-10  
e-mail: darovanie.posad@gmail.com  
ОГРН1155042001740, ИНН 5042136475, КПП 504201001



УТВЕРЖДАЮ

директор АНОО

«Школа "Дарование"»

Шевель М.А.

Приказ № 58 от «26» августа 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По ОБЖ

Уровень базовый

Класс 10

Количество часов 34

Учитель Осипова М.С.

Программа разработана на основе авторской программы под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

г. Сергиев Посад  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 №1089, на основе примерной программой основного общего образования и авторской программы: Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

Целью изучения предмета в основной школе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на решение следующих задач:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасной жизнедеятельности;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие эмоционально-волевых качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями определять потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Главной целью курса по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка обучающихся к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Ведущими методами обучения предмету в основной школе являются: наглядный, словесный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично поисковый, лекционно-практический.

Формы организации занятий: индивидуальная, групповая и фронтальная, организационно – методические.

Средства обучения: схемы; таблицы; диаграммы; алгоритмы; опорные конспекты, электронные ресурсы.

Формы контроля знаний, умений, навыков (текущего, рубежного, итогового):

- индивидуальная, групповая и фронтальная работа;
- устный, письменный и конспектный контроль;
- практическая работа;
- тестирование.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Содержание программы включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.
- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **Ученик должен знать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России; состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; основные виды воинской деятельности; общие обязанности солдата в бою; основные способы передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации. средства массового поражения и их поражающие факторы;

### **Ученик должен уметь:**

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;

- выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдавании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, Оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении.

#### **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, анти-экстремистского 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 здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Основы безопасности личности, общества, государства	9
2.	Аварии с выбросом опасных химических веществ	11
3.	Гидродинамические аварии	14



**ДАРОВАНИЕ**  
частная школа

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ  
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ШКОЛА "ДАРОВАНИЕ"»

141300, МО, г. Сергиев Посад, ул. Сергиевская, д. 16  
Тел.: 8(985)962-02-33, 8(963)780-33-10  
e-mail: darovanie.posad@gmail.com  
ОГРН 1155042001740, ИНН 5042136475, КПП 504201001



УТВЕРЖДАЮ

директор АНОО

«Школа «Дарование»»

Шевель М.А.

Приказ № 58 от «26» августа 2022 г.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

По ОБЖ

Уровень базовый

Класс 10

Количество часов 34

Учитель Осипова М.С.

Программа разработана на основе авторской программы под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

г. Сергиев Посад  
2022

№ п/п	№ урока в разделе	Наименование тем и разделов	Дата проведения	
			Планируемая	Фактическая
I четверть				
<b>Основы безопасности личности, общества, государства</b>				
1	1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	03.09	
2	2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	10.09	
3	3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	17.09	
4	4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	24.09	
5	5	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	01.10	
6	6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	08.10	
7	7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	15.10	
8	8	Противодействие экстремизму.	22.10	
9	9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	29.10	
II четверть				
<b>Аварии с выбросом опасных химических веществ</b>				
10	1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	12.11	
11	2	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	19.11	
12	3	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	26.11	
13	4	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	03.12	
14	5	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	10.12	
15	6	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	17.12	
16	7	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	24.12	
III четверть				
17	8	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	14.01	
18	9	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	21.01	

19	10	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	28.01	
20	11	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	04.02	
<b>Гидродинамические аварии</b>				
21	1	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	11.02	
22	2	Воинская обязанность и военная служба.	18.02	
23	3	Правила и обязанности военнослужащих.	25.02	
24	4	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	04.03	
25	5	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	11.03	
26	6	Здоровый образ жизни и его составляющие.	18.03	
<b>IV четверть</b>				
27	7	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	01.04	
28	8	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	08.04	
29	9	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	15.04	
30	10	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	22.04	
31	11	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	29.04	
32	12	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	06.05	
33	13	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	13.05	
34	14	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Контроль знаний (тестирование)	20.05	