

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа города Багратионовска»

238420, Калининградская обл., г. Багратионовск, ул. Пограничная, д. 68. Тел. (8-256) 3-22-63, 3-27-46

«Рассмотрено» Руководитель МО <i>Н.В. Бабкина</i> Бабкина Н.В. Протокол № 6 « 25 » 05 2018 г.	«Согласовано» Зам. директора по УВР <i>А.Г. Афанасенко</i> Афанасенко А.Г. « 20 » 05 2018 г.	«Утверждаю» Директор школы <i>Г.Р. Жаркова</i> Жаркова Г.Р. « 20 » 05 2018 г.
--	--	---



**АДАптиРОВАННАЯ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
для 10 кл.

Учитель Тебекин Олег Вячеславович
(Ф.И.О. учителя)

Составлена на основе: ПРОГРАММЫ ПО КУРСУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ДЛЯ 10 КЛ. ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЙ (А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников - М.: Издательство
Просвещение, 2014 г.)

г. Багратионовск
2018 г.

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ.

Программа адаптирована для обучения детей с ОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц. Программа построена с учетом специфики усвоения учебного материала детьми с ОВЗ. Представленная программа, сохраняя основное содержание образования, принятое для массовой школы, отличается тем, что предусматривает коррекционную направленность обучения.

Основные подходы к организации учебного процесса для детей с ОВЗ:

- подбор заданий, максимально возбуждающих активность ребенка, пробуждающие у него потребность в познавательной деятельности, требующих разнообразной деятельности;
- приспособление темпа изучения учебного материала и методов обучения к уровню развития детей с ОВЗ, индивидуальный подход;
- повторное объяснение учебного материала и подбор дополнительных заданий;
- постоянное использование наглядности, наводящих вопросов, аналогий;
- использование многократных указаний, упражнений;
- использование поощрений, повышение самооценки ребенка, укрепление в нем веры в свои силы;
- поэтапное обобщение проделанной работы;

Коррекционно-развивающие задачи:

- Расширение кругозора обучающихся, повышение их адаптивных возможностей благодаря улучшению социальной ориентировки;

- Обогащение жизненного опыта детей путем организации непосредственных наблюдений в природе и обществе, в процессе предметно-практической деятельности;
- Уточнение, расширение и активизация лексического запаса, развитие устной монологической речи;
- Улучшение зрительного восприятия, зрительной и словесной памяти, активизация познавательной деятельности;
- Активизация умственной деятельности, навыков планомерного и соотносительного анализа.

Ожидаемый результат обучения в общем виде может быть сформулирован как способность выпускников правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

По завершении школьного образования у учащихся должны быть сформированы :

- основы культуры личной и коллективной безопасности
- нравственно-этического мировоззрения, предусматривающего заботу о личной безопасности
- безопасности окружающих людей
- создание благоприятных для жизни и деятельности условий среды обитания.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь

пострадавшим.

Требования к уровню подготовки выпускников

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- 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;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

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;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- 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);
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

Ученик научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- соблюдать правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;

- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;

- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1.Раздел. Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч).

1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения (7 ч).

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и 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. Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона.

Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

1.2 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 ч).

Гражданская оборона, основные понятия,

Определения и задачи.

Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

Оповещение населения об опасностях, возникающих в 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 поражения

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

2 Раздел. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч).

2.1 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2 ч).

Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

2.2 Основы здорового образа жизни (4 ч).

Здоровый образ жизни и его составляющие. 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. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.

3.Раздел. Основы военной службы (15 ч).

3.1 Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества и его национальных интересов (3 ч).

Родина и ее национальная безопасность.

История создания и развития Вооруженных Сил России.

Состав Вооруженных сил России Федерации.

Памяти поколений – дни воинской славы России.

3.2 Виды и рода войск ВС РФ (3 ч).

Сухопутные войска , их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Военно-космические силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Военно-морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Ракетные войска стратегического назначения, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ.

3.3 Боевые традиции ВС РФ (2 ч).

Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

3.4 Основы военной службы (7 ч).

Организация занятий и меры безопасности при проведении учебных сборов

Размещение и быт военнослужащих

Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.

Организация караульной службы. Обязанности часового.

Строевая подготовка.

Огневая подготовка.

Тактическая подготовка.

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1 Раздел. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА (14 ч.).		
<i>1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения (7ч.).</i>		
1.	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1
2.	Безопасность на дорогах. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1
3.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1
4.	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1
5.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и задачи.	1
6.	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Терроризм и экстремизм.	1
7.	Современный комплекс проблем безопасности военного характера.	1
<i>1.2 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 ч.).</i>		
8.	Гражданская оборона, основные понятия. Определения и задачи.	1
9.	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	1

10.	Оповещение населения об опасностях, возникающих в военного и мирного времени.	1
11.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1
12.	Средства индивидуальной защиты.	1
13.	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	1
14.	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	1
2 Раздел. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (6ч).		
<i>2.1 Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2ч).</i>		
15.	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки к военной службе.	1
16.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1
<i>2.2 Основы здорового образа жизни. (4 ч)</i>		
17.	Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания. Режим труда и отдыха, хороший сон – составляющие здорового образа жизни.	1
18.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1
19.	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	1
20.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1
3 Раздел. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ (15 ч.).		

<i>3.1 Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества и его национальных интересов. (3ч)</i>		
21.	История создания ВС РФ.	1
22.	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1
23.	Состав Вооруженных сил России Федерации. Руководство и управление ВС РФ.	1
<i>3.2 Виды и рода войск ВС РФ. (3ч)</i>		
24.	Сухопутные войска РФ. ВМФ РФ. Состав и предназначение.	1
25.	Воздушно-космические силы РФ. Состав и предназначение.	1
26.	РВСН РФ. ВДВ РФ. Войска, не входящие в состав ВС РФ.	1
<i>3.3 Боевые традиции ВС РФ. (2ч)</i>		
27.	Патриотизм, верность долгу – неотъемлемые качества русского воина.	1
28.	Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	1
<i>3.4 Основы военной службы. (7ч)</i>		
29.	Организация занятий и меры безопасности при проведении учебных сборов.	1
30.	Размещение и быт военнослужащих.	1
31.	Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.	1

32.	Организация караульной службы. Обязанности часового.	1
33.	Строевая подготовка.	1
34.	Огневая подготовка.	1
35.	Тактическая подготовка.	1