

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 <u>Н.В. Бабкина</u> Протокол № <u>9</u> « <u>31</u> » <u>05</u> 2019г.	«Согласовано» Зам.директора по УВР <u>А.Г. Афанасенко</u> « <u>24</u> » <u>06</u> 2019 г.	«Утверждаю» Директор школы <u>Г.Р. Жаркова</u> « <u> </u> » <u> </u> 2019 г.
--	--	---



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
для 10 кл.

Учитель ТЕБЕКЛИН ОЛЕГ ВЯЧЕСЛАВОВИЧ
(Ф.И.О. учителя)

Составлена на основе: ПРОГРАММЫ ПО КУРСУ ОСНОВЫ
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ: 10-11 КЛАССЫ;
БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ: УЧЕБНИК /С.В. КИМ, В.А. ГОРБЕНКО,-
М.: ВЕНТАНА - ГРАФ, 2019.

г. Багратионовск
2019 г.

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ.

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:

- 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.

Раздел 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (10ч).

Глава 1. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5ч).

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

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.

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

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

Глава 2. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях (5ч).

Правила оказания первой помощи при травмах.

Первая помощь при кровотечениях, ранениях.

Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.

Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

Раздел 2. ВОЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ГОСУДАРСТВА (10ч).

Глава 3. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5ч).

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.

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.

Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5ч).

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.

История создания и развития Вооруженных Сил России.

Состав Вооруженных сил России Федерации.

Права и обязанности военнослужащего.

Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Воинская обязанность и военная служба.

Раздел 3. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА (15ч).

Глава 5. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5ч).

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 6. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5ч).

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению жизнедеятельности.

Защита национальной безопасности государства от военных угроз.

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.

Противодействие экстремизму.

Противодействие терроризму, наркотизму в РФ.

Глава 7. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5ч).

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.

Противодействие экстремизму.

Противодействие терроризму, наркотизму в РФ.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Тема урока	Количество часов
Раздел 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (10ч).		
<i>Глава 1. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5ч).</i>		
1.	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1
2.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1
3.	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1
4.	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1
5.	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.	1
<i>Глава 2. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях (5ч).</i>		
6.	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1
7.	Правила оказания первой помощи при травмах.	1
8.	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1
9.	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.	1

10.	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	1
Раздел 2. ВОЕННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ГОСУДАРСТВА (10ч).		
<i>Глава 3. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5ч).</i>		
11.	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1
12.	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1
13.	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1
14.	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1
15.	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	1
<i>Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5ч).</i>		
16.	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.	1
17.	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
18.	Воинская обязанность и военная служба.	1
19.	Права и обязанности военнослужащего.	1
20.	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1

Раздел 3. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА (15ч).

Глава 5. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5ч.).

21.	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	1
22.	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1
23.	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1
24.	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1
25.	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1

Глава 6. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5ч).

26.	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению жизнедеятельности.	1
27.	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1
28.	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	1
29.	Противодействие экстремизму.	1
30.	Противодействие терроризму, наркотизму в РФ,	1

Глава 7. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5ч).

31.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1
32.	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	1
33.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
34.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1
35.	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1