

**Муниципальное общеобразовательное учреждение Брядинская казачья кадетская средняя школа имени Народной артистки РФ Е.А. Сапаговой Чердаклинского района Ульяновской области**

Рассмотрено на ШМО  
Протокол № 1  
от « 26 » 08 2022 года  
Руководитель ШМО:  
[подпись] Г.А.Гайнуллина

Согласовано.  
Заместитель директора по  
УВР: [подпись] А.Н.Аксак  
«29» 08 2022 года

Утверждаю.  
Приказ № 150 от «30»  
2022 г  
Директор МОУ Брядинской  
школы: [подпись] Е.А.Авакова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»  
в 10 классе ( базовый уровень )  
на 2022-2023 учебный год  
учителя Гайнуллиной Г.А.**

Число часов в год : 34  
Число часов в неделю: 1

Программа: Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10-11 классы: учебно –методическое пособие/С.В.Ким. – М.: Вентана-Граф, 2019. – 105 с. -(Российский учебник).

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 10 - 11 классы: базовый уровень: учебник /С.В.Ким, В.А.Горский. –М.: Вентана-Граф, 2019.

2022 г

Рабочая программа составлена с учетом использования оборудования центра «Точка роста».

Использование оборудования «Точка роста» позволяет создать условия:

- для повышения познавательной активности обучающихся в изучаемой области;
- для развития личности ребёнка в процессе обучения основам безопасности жизнедеятельности, его способностей, формирования и удовлетворения социально значимых интересов и потребностей;
- для работы с одарёнными школьниками, организации их развития в различных областях образовательной, творческой деятельности.

## **Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе**

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, Государства.**

**Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. (4 часа)**

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. (5 часов).** 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. (5 часов).** 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. (5 часов.)** 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. (5 часов.)** Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная 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. (6 часов).** 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.

**Контроль знаний (тестирование) по курсу Основ безопасности жизнедеятельности 10 класса.**

**Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 часов).** 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.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета  
в 10 классе в соответствии с ФГОС СОО**

**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, 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.

**В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования:**

**Выпускник на базовом уровне научится:**

#### **Основы комплексной безопасности**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;

- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму,

терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

#### **Основы здорового образа жизни**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;

- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

### **Основы обороны государства**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;
- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

### **Правовые основы военной службы**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

#### **Элементы начальной военной подготовки**

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;

- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

### **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

#### ***Основы комплексной безопасности***

*Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.*

#### ***Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций***

*Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.*

#### ***Основы обороны государства***

*Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;*

*приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.*

#### ***Элементы начальной военной подготовки***

*Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря; определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова; выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;*

выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;  
описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;  
выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;  
описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;  
выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

### **Военно-профессиональная деятельность**

Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;  
оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## **Тематическое планирование**

№ урок а	Раздел /тема урока	Ко л-во час	ЭОР (Электронные образовательные ресурсы)	Деятельность учителя с учетом программы воспитания	Дата	
					По плану	Фактически
<b>Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 часа)</b>						
1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3346/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3346/start/</a>	Воспитание личности с чувством долга и гражданской ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	01.09	
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3335/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3335/start/</a>	Формирование способности предвидеть и предупредить угрозы среды	08.09	
3	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3334/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3334/start/</a>	Воспитание, ценностей здорового и безопасного образа жизни	15.09	
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3334/train/#193516">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3334/train/#193516</a>	Воспитание компетентного отношения к психологическому здоровью	22.09	
<b>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства. (5часов)</b>						
5	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3351/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3351/start/</a>	Воспитание личности с активной гражданской позицией	29.09	

6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3352/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3352/start/</a>	Воспитание ответственного члена российского общества	06.10	
7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/</a>	Воспитание ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	13.10	
8	Противодействие экстремизму.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5822/start/103806/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5822/start/103806/</a>	Воспитание личности с активной гражданской позицией	20.10	
9	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/</a>	Воспитание гражданской ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	27.10	

**Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях. (5часов)**

10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/</a>	Воспитание гражданской ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	10.11	
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/</a>	Формирование способности предвидеть и предупредить угрозы среды	17.11	
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4814/start/103508/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4814/start/103508/</a>	Формирование безопасного образа жизни	24.11	
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5823/start/103634/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5823/start/103634/</a>	Формирование способности предвидеть и предупредить угрозы	01.12	
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3330/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3330/start/</a>	Воспитание гражданской ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	08.12	

**Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность. (5 часов)**

15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/</a>	Воспитание личности с активной гражданской позицией	15.12	
----	--	---	---	---	-------	--

	современных обычных средств поражения.					
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/</a>	Воспитание ответственности за свою жизнь и безопасность окружающих	22.12	
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/train/#193739">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/train/#193739</a>	Формирование безопасного образа жизни	29.12	
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/start/</a>	Формирование способности предвидеть и предупредить угрозы	12.01	
19	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/train/#193739">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3347/train/#193739</a>	Формирование безопасного образа жизни	19.01	
<b>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. (5 часов)</b>						
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4818/start/104701/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4818/start/104701/</a>	Воспитание российской гражданской идентичности, патриотизма	26.01	
21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3988/start/104732/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3988/start/104732/</a>	Воспитание готовности к служению Отечеству	02.02	
22	Воинская обязанность и военная служба.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5834/start/303872/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5834/start/303872/</a>	Воспитание чувства ответственности перед Родиной	09.02	
23	Права и обязанности военнослужащих.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5554/start/104538/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5554/start/104538/</a>	Воспитание личности с активной гражданской позицией	16.02	
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5834/start/303872/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5834/start/303872/</a>	Воспитание патриотизма, уважения к своему народу	02.03	
<b>Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (6 часов)</b>						
25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3344/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3344/start/</a>	Формирование ценностей безопасного образа жизни	09.03	
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/start/104475/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/start/104475/</a>	Формирование ценностей здорового и безопасного образа жизни	16.03	
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/</a>	Воспитание компетентного отношения к своему	23.03	

	профилактики.			здоровью		
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/train/98891/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/train/98891/</a>	Воспитание потребности в физическом самосовершенствовании, неприятие вредных привычек	30.03	
29	Профилактика заболеваний, передаваемых половым путём.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5551/start/303777/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5551/start/303777/</a>	Формирование ценностей здорового и безопасного образа жизни	06.04	
30	Контрольная работа (тестирование по материалам разделов 1 и 2).			Формирование компетентного отношения к оказанию первой помощи	20.04	
<b>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 часов)</b>						
31	Анализ контрольного задания. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/</a>	Воспитание компетентного отношения к оказанию первой помощи	27.04	
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/start/109565/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/start/109565/</a>	Формирование практических навыков в умении оказывать первую помощь	04.05	
33	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/</a>	Формирование ответственного отношения к своему здоровью и самочувствию окружающих	11.05	
34	Первая помощь при травмах	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3323/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3323/start/</a>	Формирование практических навыков в умении оказывать первую помощь	18.05	
35	Проверочное задание по оказанию первой помощи. Обобщение знаний	1		Развитие практических навыков в умении оказывать первую помощь	25.05	

## Описание учебно-методического, материально-технического и информационного обеспечения образовательного процесса

### МТО в рамках «Точки роста»

№п/п	Наименование	Кол-во
1	Тренажер -манекен взрослого пострадавшего «Искандер-2» для отработки сердечно –легочной реанимации Zarnitza medicine	1
2	Тренажер –манекен пострадавшего «Искандер» о для отработки приемов удаления инородного тела из дыхательных путей Zarnitza medicine	1
3	Набор имитаторов травм и поражений Zarnitza medicine	1
4	Шина транспортная иммобилизационная для взрослых для нижних конечностей ШТИВн-01 МЕДПЛАНТ	2
5	Аптечка первой помощи ФЭСТ	2
6	Коврик-подкладка	2
7	Тканевые носилки	2

#### Оборудование для проведения практических занятий

1. Оборудование, необходимое для оказания первой медицинской помощи и действий в условиях чрезвычайных ситуаций (противогазы, респиратор, ватно-марлевые повязки, носилки, средства первой медицинской помощи: аптечка индивидуальная, индивидуальный перевязочный пакет, тренажер “Максим” для сердечно-легочной реанимации).
2. Туристическое снаряжение (компас, палатка, коврик, рюкзак).

#### Интернет-ресурсы

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Академия повышения квалификации работников образования	<a href="http://www.apkro.ru">http://www.apkro.ru</a>

Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>
Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>
Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дом «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru">http://festival.1september.ru</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net">http://www.opasno.net</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redut-7.ru">http://personal-safety.redut-7.ru</a>
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru">http://www.alleng.ru</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru">http://www.econavt-catalog.ru</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности	<a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>

#### Литература для учителя

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10-11 классы: учебно –методическое пособие/С.В.Ким. –М.: Вентана-Граф, 2019. – 105 с. - (Российский учебник).
2. Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 10 - 11 классы: базовый уровень: учебник /С.В.Ким, В.А.Горский. –М.: Вентана-Граф, 2019.-396 с.
3. Засядько, Ю.П.ОБЖ 10 класс. Поурочные планы/ Сост.Ю.П.Засядько.- Волгоград: Учитель – АСТ, 2010. – 96 с.
4. Смирнов, А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Тестовый контроль, 10 – 11/А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; Под общ. Ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2012. – 175 с.
5. Плеханов, В.В. Терроризм – угроза обществу: учебно – методические материалы/ В.В.Плеханов. – Ульяновск: УИПКПРО, 2008. – 48 с.



