

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА БАЛАШИХА
«ГИМНАЗИЯ №2 имени М.Грачева»**

УТВЕРЖДАЮ:

И.о.директора МБОУ «Гимназия №2»
_____ Т.Г.Андреева

Приказ № 100-ОД от 17.08.2021 г.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности
(базовый уровень)
10 класс

Составитель: Лунина Л.В.
учитель высшей квалификационной категории

2021 г.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Достижение личностных результатов оценивается на качественном уровне (без отметок). Сформированность метапредметных и предметных умений оценивается в баллах по результатам текущего, тематического и итогового контроля, а также по результатам выполнения практических работ.

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.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе

знать/понимать

- правила безопасного поведения на улицах и дорогах;
- правила пожарной безопасности и поведения при пожарах;
- правила безопасного поведения на воде;
- о возможных аварийных ситуациях в жилище (образовательном учреждении), причинах их возникновения и правилах поведения;
- правила поведения в криминогенных, ситуациях;
- правила поведения на природе;
- правила поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания;

- о возможных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района, способах оповещения о них и правилах безопасного поведения;
- об основных мероприятиях ГО по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций;
- об основных хронических неинфекционных заболеваниях, их причинах и связи с образом жизни;
- об инфекционных заболеваниях и основных принципах их профилактики;
- основные правила поведения в повседневной жизни дома, на улице, в школе и во время занятий спортом с целью предупреждения травматизма.

владеть навыками:

- безопасного поведения на дорогах;
- использования первичных средств пожаротушения и пожарно-технического вооружения при возникновении пожара;
- оказания помощи терпящим бедствие на воде;
- определение сторон горизонта, движения по азимуту, по разведению костра и приготовлению пищи на костре;
- выполнения мероприятий ГО по защите от ЧС мирного и военного времени, по использованию индивидуальных средств защиты;
- оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, растяжениях, укусах насекомых, при тепловом и солнечном ударах;

иметь представление:

- об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях;
- о ЧС природного и техногенного характера, возникающих на территории России, их последствиях и мерах, принимаемых по защите населения, а также о правилах безопасного поведения;
- об основах здорового образа жизни.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.

Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. (вклад В.И.Вернадского создателя учения о биосфере, как единой экосистеме)

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 ч)

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. (на основе положений конституции РФ разработаны ФЗ по безопасности)

Защита национальной безопасности государства от военных угроз.

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.

Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. (вклад Концепции противодействия терроризму в РФ)

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

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). (вклад Е.Зиничева в решение вопросов ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий)

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 (10 ч)

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

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. (вклад Н.Д.Зелинского в создании противогаза защищающего органы дыхания от воздействия газов)

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

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Воинская 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 (9 ч)

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. (вклад С.П.Боткина и Ф.Ф.Эрисмана в развитии научной медицины)

Здоровый образ жизни и его составляющие. (вклад академика Н.М.Амосова о роли факторов влияющих на здоровье человека)

Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.

Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.

Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (4 ч)

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

Тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Тема урока
1	Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (14 ч) Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 ч) Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.
2	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
3	<u>Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.</u>
4	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.
5	Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч) <u>Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.</u>
6	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.
7	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.

8	Противодействие экстремизму.
9	<u>Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.</u> Контроль знаний (тестирование)
10	Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч) Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.
12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.
13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.
15	Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч) Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч) Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.
16	Защита населения и территорий от радиационной опасности.
17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.
18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.
19	<u>Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.</u> Контроль знаний (тестирование)
20	Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч) Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.

21	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.
22	Воинская обязанность и военная служба.
23	Правила и обязанности военнослужащих.
24	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации
25	Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч) Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч) <u>Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.</u>
26	<u>Здоровый образ жизни и его составляющие.</u>
27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Формирование здорового образа жизни
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.
29	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём. Формирование здорового образа жизни
30	Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч) Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.
31	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)
32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Практическая работа №1 Первая помощь пострадавшим при кровотечениях и ранениях
33	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация. Практическая работа №2 Первая помощь пострадавшим

34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах. Контроль знаний (тестирование)
----	---

