

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Коста Хетагурова»

Программа рассмотрена
и одобрена на заседании МО
учителей ГЦ
_____/Аджиева А.Р.
Протокол № _____
от «__» _____ 2022г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
_____/ Мисикова А.В.
«__» _____ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «СОШ с.
Коста Хетагурова»
_____/ Кулаев Б.Ч.
Приказ № _____
от «__» _____ 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по ОБЖ
для учащихся 10 классов**

Хатуаев Н.Х., учитель физической культуры

2022 - 2023 учебный год

Пояснительная записка.

Программа по предмету «ОБЖ» для 10 класса составлена на основании:

- ФЗ «Об образовании»
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования.
- Примерной программы по учебным предметам. ОБЖ. 8-11 классы.
- Авторской Смирнов А.Т., Хренников Б.О., Маслов М.В. Программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8-11 классов общеобразовательных учреждений. // Программы общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 8-11 класс. / Под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2011.

Описание места учебного предмета «ОБЖ» в учебном плане.

Программа рассчитана на 1 час. В год 34 часов.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен:

- потенциальные опасности техногенного характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации техногенного характера, последствия и классификацию;
- основные меры по профилактике вредных привычек.
- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

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

обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;

оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

Содержание

Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (13 часов)

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к

наркотикам. Профилактика наркомании. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Государственная система обеспечения безопасности населения (9 час)

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности.

Основы обороны государства и воинская обязанность (12 час)

История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, Воинская обязанность основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание

обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Правовые основы военной службы. Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Воинские символы и боевые традиции Вооруженных Сил. Дни воинской славы России — Дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ритуал вручения

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Тема раздела | Максимальная нагрузка,ч. | Из них | |
|-------|--|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| | | | Теоретическое обучение, ч. | Контрольные работы / тесты, ч. |
| 1 | Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья | 13 | 13 | 0 |
| 2 | Государственная система обеспечения безопасности населения | 9 | 8 | 1 |
| 3 | Основы обороны государства и воинская обязанность | 12 | 11 | 1 |
| 4 | Всего | 34 | 32 | 2 |

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Количество часов | Тема урока | Дата проведения | |
|-------|------------------|---|-----------------|------|
| | | | План | Факт |
| 1 | 1 | Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования | | |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| 2 | 1 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера | | |
| 3 | 1 | Уголовная ответственность несовершеннолетних | | |
| 4 | 1 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера | | |
| 5 | 1 | Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров | | |
| 6 | 1 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи | | |
| 7 | 1 | Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности | | |
| 8 | 1 | Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны | | |
| 9 | 1 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения | | |
| 10 | 1 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. | | |
| 11 | 1 | Организация индивидуальной защиты (самозащиты) населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени | | |
| 12 | 1 | Средства индивидуальной защиты | | |
| 13 | 1 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций | | |
| 14 | 1 | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении | | |
| 15 | 1 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности | | |
| 16 | 1 | Инфекционные заболевания, их классификация | | |
| 17 | 1 | Контрольная работа | | |
| 18 | 1 | Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье | | |
| 19 | 1 | Основные составляющие здорового образа жизни | | |
| 20 | 1 | Влияние биологических ритмов на работоспособность человека | | |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| 21 | 1 | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека | | |
| 22 | 1 | Вредные привычки, их влияние на здоровье | | |
| 23 | 1 | Профилактика вредных привычек | | |
| 24 | | История создания Вооруженных Сил России | | |
| 25 | | История создания Вооруженных Сил России | | |
| 26 | | Организационная структура Вооруженных Сил России | | |
| 27 | | Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение | | |
| 28 | | Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил | | |
| 29 | | Другие войска, их состав и предназначение | | |
| 30 | | Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества | | |
| 31 | | Памяти поколений – дни воинской славы России. | | |
| 32 | | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений | | |
| 33 | | Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | | |
| 34 | | Итоговая контрольная работа. | | |