

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Полдарская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТА педагогическим советом
МБОУ «Полдарская СОШ»
Протокол № 1 то 29.08.2022г

ПРИНЯТА с изменениями педагогическим
советом МБОУ «Полдарская СОШ»
Протокол № 1 то 29.08.2023г

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ «Полдарская СОШ»
№ 34 – Од от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ «Полдарская СОШ»
№ 26 – Од от 31.08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
среднее общее образование
11 класс
Срок реализации 2022-2024 год

Учитель: Каменский Николай Николаевич

п. Полдарса
2023 год

Рабочая программа по учебному предмету «основы безопасности жизнедеятельности» (базовый / уровень) разработана в соответствии с нормативными актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с последующими изменениями);
- приказ Министерства просвещения РФ от 20 мая 2020 г. N 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность"(с последующими изменениями и дополнениями);
- Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол заседания от 28.06.2016 № 2/16-з);
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- учебного плана среднего общего образования МБОУ «Полдарская СОШ»;
- рабочей программы воспитания МБОУ «Полдарская СОШ»;
- Положение о рабочей программе МБОУ «Полдарская СОШ»;

Учебные пособия: «Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень: рабочая программа. 10-11 классы: учебно-методическое пособие / С. В. Ким.— М.: Вентана-Граф, 2019. (Российский учебник)».

Для реализации программы используется учебник:

С.В. Ким, В.А. Горский «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 классы, базовый уровень. ВЕНТАНА-ГРАФ, корпорация "Российский учебник», 2019г

Данная рабочая программа адресована для учащихся 10 – 11 классов.

Рабочая программа предназначена для реализации как в очном, так и в смешанном формате обучения (с использованием дистанционных технологий и электронных образовательных ресурсов).

Электронные образовательные ресурсы:

1. Образовательный портал «Инфоурок», <https://iu.ru/video-lessons?predmet=obz>
2. Образовательный портал Интернетурок <https://interneturok.ru/subject/obzh/>
3. Образовательные тесты <https://testedu.ru/test/obzh/>,
<https://onlinetestpad.com/ru/tests/life-safety>.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10—11 классах по одному часу в неделю: 34 часа в 10 классе и 34 часа в 11 классе (всего 68 часов). По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы (объемом 34 часа).

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является интегрированным, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы

медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание курса 10 класс:

Глава 1. Научные основы

обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

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

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

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.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность

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

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.

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания

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.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

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.

Содержание курса 11 класс:

Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности

Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека

Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

Глава 6. Основы здорового образа жизни

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях

Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся СОО:

- установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией
 - инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Тематическое планирование 10 класс

Предмет	Класс		
ОБЖ	10		
Глава	Номер урока	Тема урока	Кол-во часов
Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде	1	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1

обитания			
	2	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1
	3	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1
	4	Медико- биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1
	5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1
Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	6	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1
	7	Защита национальной безопасности государства от военных угроз	1
	8	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	1
	9	Противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1
Организованные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях	10	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1
	11	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	1
	12	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	1
	13	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1
	14	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	1

Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	15	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	1
	16	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1
	17	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1
	18	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	1
	19	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	
Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	20	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	1
	21	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1
	22	Воинская обязанность и военная служба	1
	23	Права и обязанности военнослужащих	1
	24	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1
Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания	25	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	1
	26	Здоровый образ жизни и его составляющие	1
	27	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	1
	28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1
	29	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1
Оказание первой помощи при неотложных состояниях	30	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	1
	31	Правила оказания первой помощи при травмах	1
	32	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	1
	33	Первая помощь: сердечно- легочная реанимация	1
	34	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	1

Тематическое планирование 11 класс

Предмет	Класс		
ОБЖ	11		
Глава	Номер урока	Тема урока	Кол-во часов
Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1	Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1
	2	Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий	1
	3	Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1
	4	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности	1
	5	Основы управления безопасностью в системе «человек- среда обитания»	1
Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности	6	Обеспечение национальной безопасности России	1
	7	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности	1
	8	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму	1
	9	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России	1
	10	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму	
Экстремальные ситуации и безопасность человека	11	Экстремальные ситуации криминогенного характера	1
	12	Экстремизм, терроризм, наркотизм и безопасность человека	1
	13	Дорожно- транспортная безопасность	1
	14	Вынужденное автономное существование в природных условиях	1
Вооруженные Силы Российской	15	Основные задачи Вооруженных Сил	1

Федерации на защите государства от военных угроз			
	16	Правовые основы воинской обязанности	1
	17	Правовые основы военной службы	1
	18	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная	1
	19	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего	1
Особенности военной службы в современной Российской армии	20	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы	
	21	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира	1
	22	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом	1
	23	Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации	1
	24	Боевая слава российских воинов	1
Основы здорового образа жизни	25	Демографическая ситуация в России	1
	26	Культура здорового образа жизни	1
	27	Культура питания	1
	28	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье	1
	29	Вредные привычки. Культура движения	1
Первая помощь при неотложных состояниях	30	Медико- психологическая помощь	1
	31	Первая помощь при ранениях	1
	32	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожение	1
	33	Первая помощь при дорожно- транспортном происшествии	1
	34	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами	1