

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Красноярского края**

**Управление общего и дошкольного образования**

**Администрации города Норильска**

**МБОУ «СШ № 16»**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО

Руководитель МО

Бабко В. П.

Протокол № 1 от 31.08.2022г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР

Власова И. В.

31.08.2022г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ "СШ 16"

Герасименко О. Е.

Приказ № 01-14-241

от 01.09.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 11 классов

**Норильск 2023 год**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа отражает один из возможных вариантов реализации Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности». В рекомендациях по тематическому и поурочно-тематическому планированию авторы программы опираются на материалы учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» / С. В. Ким. — М. : Вентана-Граф, 2019.

### **Требования к результатам обучения основам 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:**

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:**

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 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

#### **Содержание курса. 10 класс**

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

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.

Раздел 2. Военная безопасность государства

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. 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 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**

Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства

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.

Раздел 2. Военная безопасность государства

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.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового  
образа жизни

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

происшествия. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

### Тематическое планирование

Практические работы по ОБЖ, предусмотренные программой, по времени не являются целым уроком, поэтому в данной таблице не прописаны.

#### 10 класс

№ п/п	Название модуля, раздела, главы	Кол-во часов	Воспитательный компонент
<b>I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства в современной среде</b>	<b>15</b>	
<b>Раздел 1.</b>	<b>Основы безопасности личности, общества, государства</b>	<b>15</b>	
Глава 1.	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	5	Здоровьесберегающее, умственное
Глава 2.	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства	5	Здоровьесберегающее, правовое
Глава 3.	Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях	5	Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое
<b>II</b>	<b>Основы обороны государства и военная безопасность</b>	<b>10</b>	
<b>Раздел 2</b>	<b>Военная безопасность государства</b>	<b>10</b>	
Глава 4.	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность	5	Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое
Глава 5.	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	5	Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое
<b>III</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>9</b>	
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>9</b>	
Глава 6.	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания	5	Здоровьесберегающее
Глава 7.	Оказание первой помощи при неотложных состояниях	4	Здоровьесберегающее
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

## 11 класс

№ п/п	Название модуля, раздела, главы	Кол-во часов	Воспитательный компонент
<b>I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства в современной среде</b>	<b>15</b>	
<b>Раздел 1.</b>	<b>Основы комплексной безопасности личности, общества, государства</b>	15	
Глава 1.	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5ч)	5	Здоровьесберегающее, умственное
Глава 2.	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности (5ч)	5	Здоровьесберегающее, правовое
Глава 3.	Экстремальные ситуации и безопасность человека (5ч)	5	Здоровьесберегающее
<b>II</b>	<b>Основы обороны государства и военная безопасность</b>	<b>9</b>	
<b>Раздел 2</b>	<b>Военная безопасность государства</b>	9	
Глава 4.	Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5ч)	5	Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое
Глава 5.	Особенности военной службы в современной Российской армии (4ч)	4	Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое
<b>III</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>	
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	10	
Глава 6.	Основы здорового образа жизни (5ч)	5	Здоровьесберегающее
Глава 7.	Первая помощь при неотложных состояниях (5ч)	5	Здоровьесберегающее
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	



## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Учебник «основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы»

Ким С.В., Горский В.А. - Вентана-Граф

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Конституция Российской Федерации; Уголовный кодекс Российской Федерации; Федеральный закон «О гражданской обороне»; Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»; Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»; Федеральный закон «О пожарной безопасности»; Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»; Федеральный закон «О противодействии терроризму»; общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

- Министерство образования РФ: <http://www.informika.ru/>
- <https://infourok.ru>
- Педагогическая мастерская, уроки в Интернете и др.:  
<http://teacher.fio.ru>