

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Костинологовская средняя общеобразовательная школа»**

СОГЛАСОВАНО  
на заседании МС  
Протокол № 16  
от 30 августа 2023 г  
Руководитель МС

---

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  

---

И.Н. Шуллер  
Приказ № \_106\_  
от 31 августа 2023 г

***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА***  
**по Основы безопасности жизнедеятельности**  
**для учащихся 11 класса**  
**предметная область**  
**«Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности»**  
уровень основного общего образования

Составитель: Тормин Е.Г.,  
учитель  
*физической культуры*

Срок реализации: 2023/24  
учебный год

с. Костин Лог  
2023 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «основы безопасности жизнедеятельности» для 11 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, в соответствии с примерной программой по основы безопасности жизнедеятельности, рабочей программой по «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 кл/ С.В. Ким, учебным планом МКОУ «Костинологовская СОШ» на 2022- 2023 учебный год и Положением о рабочей программе по учебным предметам, курсам, факультативам и внеурочной деятельности по ФГОС НОО, ООО, СОО.

Преподавание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 11 классе осуществляется в объеме 35 часов (1 час в неделю).

### Планируемые результаты освоения содержания учебного предмета

Результаты освоения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающимися 11 класса:

#### 1. Личностные:

- 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.

#### 2. Метапредметные:

*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 выразить 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, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

### **3. Предметные:**

*В познавательной сфере:*

- 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:*

- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- 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 в экстремальных ситуациях.

## **Содержание учебного предмета**

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

#### **Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 часов)**

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 (5 часов)**

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 (5 часов)**

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 (10 часов)**

#### **Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 часов)**

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 военно-служащего.

#### **Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии (5 часов)**

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 (10 часов)**

#### **Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 часов)**

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 (5 часов)

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 по «Основы безопасности жизнедеятельности». 11 класс

№ урока по порядку	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов
	<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства</b>	<b>15</b>
	<b>Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</b>	<b>5</b>
1	Инструктаж по технике безопасности. 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 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
	<b>Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности</b>	<b>5</b>
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.	1
	<b>Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека</b>	<b>5</b>
11	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	1
12	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	1
13	Наркотизм и безопасность человека.	1
14	Дорожно-транспортная безопасность.	1
15	Вынужденное автономное существование в природных условиях.	1
	<b>Раздел 2. Военная безопасность государства</b>	<b>10</b>
	<b>Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз</b>	<b>5</b>

16	Основные задачи Вооруженных Сил.	1
17	Правовые основы воинской обязанности.	1
18	Правовые основы военной службы.	1
19	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	1
20	Требования воинской деятельности к личности военно-служащего.	1
	<b>Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии</b>	<b>5</b>
21	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	1
22	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	1
23	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.	1
24	Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
25	Боевая слава российских воинов.	1
	<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>
	<b>Глава 6. Основы здорового образа жизни</b>	<b>5</b>
26	Демографическая ситуация в России.	1
27	Культура здорового образа жизни.	1
28	Культура питания	1
29	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	1
30	Вредные привычки. Культура движения.	1
	<b>Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях</b>	<b>5</b>
31	Медико-психологическая помощь.	1
32	Первая помощь при ранениях.	1
33	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.	1
34	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	1
35	Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.	1

### Перечень УМК

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы. Базовый уровень: рабочая программа/ С.В. Ким, М, Вентана Граф, 2019.
2. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс учебник для общеобразовательных учреждений. С.В. Ким, В.А. Горский. М.: Просвещение, 2021г

### Лист внесения изменений

№ приказа, дата	Суть корректировки	Причина корректировки

--	--	--