Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 15»

Рассмотрено на заседании ШМО

Протокол № 1 от 30. 08. 2023 г.

Принято решением педагогического совета

Протокол № 1 от 30. 08. 2023 г.

Утверждена

Пр. № 200 - ОД

«30» августа 2023 г.

Директор МБОУ СОШ № 15

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т. С. Дементьева

**Рабочая программа**

по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», 11 класс

учителя Порцева Дмитрия Александровича

**г. Сарапул**

**2023-2024 учебный год**

Пояснительная записка.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования , Примерной программы среднего (полного) общего образования и Примерной программы по основам безопасности жизнедеятельности, учебник А.Т.Смирнов ,Б.О.Хренников–: «Издательство «Просвещение». Учебник для общеобразовательных учреждений 11 класс.

**Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне направлено на достижение следующих целей:**

**освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

**воспитание** ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;

**развитие** эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;

**овладение умениями** действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Согласно Федеральному базисному учебному плану для общеобразовательных учреждений Российской Федерации отводится 34 часа, из расчёта 1 час в неделю.

**Общие учебные умения, навыки и способы деятельности.**

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;

использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;

участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;

поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;

оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;

умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;

осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

**Требования к уровню подготовки выпускников**

***В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен***

**знать**

основы здорового образа жизни и факторы, влияющие на него;

потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;

основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

порядок постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту;альтернативной гражданской службы;

предназначение, структуру и задачи РСЧС;

предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, );

**уметь**

выполнять последовательно действия при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;

действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» и комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;

правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу в случае автономного существования в природной среде;

правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой);

соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, );

адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;

прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

вести здоровый образ жизни;

правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;

уметь пользоваться бытовыми приборами, лекарственными препаратами и средствами бытовой химии, бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Кол-во  часов | Вид занятий | | |
| Практические | Экскурсии | Контроль |
| 1 | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | 6 |  |  | 1 |
| 2 | **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи** | 4 | ПР № 1,2,3,4. |  | 1 |
| 3 | **Воинская обязанность** | 10 |  |  |  |
| 4 | **Особенности военной службы** | 8 |  |  |  |
| 5 | **Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России** | 3 |  |  | **Итоговая контрольная работа** |
| 6 | **Правила и безопасность дорожного движения** | 3 |  |  | 1 |

**Учебная программа**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Дата | | | | Поурочное планирование | Кол-во  часов | Содержательные  элементы | Ученик должен знать | Ученик должен уметь | Контроль | |
| Класс | | | |
| 11А | | 11Б | |
| **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | | | | | | | | | | | |
| 1 |  | |  | | Правила личной гигиены | 1 | Репродуктивное здоровье. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем. Правила личной гигиены.  Последствия ранних половых связей.  Инфекции, передаваемые половым путем. ВИЧ- инфекции и СПИД.  Роль семьи в формировании ЗОЖ  Основные положении семейного кодекса | Понятие о здоровье. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья. Факторы, влияющие на укрепление здоровья (закаливание, двигательная активность, соблюдение правил личной гигиены и т.д.).  Факторы, разрушающие здоровье (употребление алкоголя, наркотиков и психоактивных веществ, табакокурение и др.).*[[1]](#footnote-1)*  Репродуктивное здоровье. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем. Правила личной гигиены.  Основные положения семейного кодекса. | Работать с учебником, выделять главное.  Использовать приобретен­ные знания в повседневной жизни для ведения здоро­вого образа жизни.  Пользоваться  средствами защиты  при половом акте. |  | |
| фактически |  | |  | |
| 2 |  | |  | | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| 3 |  | |  | | Болезни передаваемые половым путем. Меры профилактики | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| 4 |  | |  | | СПИД | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| 5 |  | |  | | Профилактика СПИДа | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| 6 |  | |  | | Семья в современном обществе. Законодательство о семье | 1 | Тест  №1 | |
| фактически |  | |  | |
| **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи** | | | | | | | | | | | |
| 7 |  | |  | | Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте  Практическая работа №1 | 1 | Формирование навыков оказания первой помощи при отравлениях, ожогах, обморожениях, тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах, кровотечениях; навыков проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. | Основные причины сердечной недостаточности.  Острая и хроническая сердечная недостаточность.  Левожелудочная и правожелудочная сердечная недостаточн Оказание ПМП при заболеваниях сердечносоудистой системы  ость. Травма. Ранение.Виды ран.  Асептика и Антисептика.  Общий порядок действий при проведении мероприятий ПП. | Оказывать первую помощь в неотложных случаях.  Определить появление ОСН и уметь оказать помощь при появлении симптомов заболевания до прибытия врача.  Определить появление инсульта и уметь оказать помощь при появлении симптомов заболевания до прибытия врача.  Уметь грамотно провести мероприятия ЭРП пострадавшему. |  | |
| фактически |  | |  | |
| 8 |  | |  | | Первая помощь при ранениях  Практическая работа №2 | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| 9 |  | |  | | Первая помощь при травмах  Практическая работа №3 | 1 | Тест  №2 | |
| фактически |  | |  | |
| 10 |  | |  | | Первая помощь при остановке сердца  Практическая работа №4 | 1 |  | |
| фактически |  | |  | |
| **Воинская обязанность** | | | | | | | | | | | |
| 11 |  |  | | Основные понятия о воинской обязанности | | 1 | Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.  Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.  Обязательная подготовка к военной службе: требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовке.  Постановка навоинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу. | Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.  Обязательная подготовка к военной службе.  Призыв на военную службу  Прохождение военной службы по призыву.  Пребывание в запасе.  Призыв на военные сборы.  Мобилизация, военное положение и военное время.  Постановка на воинский учет.  Сроки первоначальной постановки на воинский учёт.  Состав комиссии по постановке граждан на воинский учёт.  Обязанности граждан по воинскому учёту.  Ответственность граждан за нарушения правил воинского учёта.  Обязательная подготовка к военной службе: требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовке.  Содержание добровольной подготовки граждан к военной службе.  Каким законом предусмотрен порядок подготовки.  Обучение в Суворовских училищах и Кадетских корпусах. Порядок поступления в эти учебные заведения. | Уметь встать на воинский учет.  Соблюдать правила воинского учета.  Различать обязательную и добровольную подготовку к военной службе  Проходить постановку на воинский учет.  Стремиться к совершенствованию своих специальных умений и навыков.  Уметь оценивать свой уровень подготовленности к военной службе.  Использовать приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. | |  |
| фактически |  |  | |
| 12 |  |  | | Организация воинского учета и его предназначение | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 13 |  |  | | Первоначальная постановка граждан на воинский учет | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 14 |  |  | | Обязательная подготовка граждан к военной службе | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 15 |  |  | | Основные требования к индивидуально-психологическим профессиональным качествам молодежи | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 16 |  |  | | Добровольная подготовка граждан к военной службе | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 17 |  |  | | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при установке на воинский учет | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 18 |  |  | | Категории годности к военной службе | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 19 |  |  | | Организация профессионально-психологического отбора граждан | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 20 |  |  | | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| **Особенности военной службы** | | | | | | | | | | | |
| 21 |  |  | | Правовые основы военной службы | | 1 | Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства. История создания Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. Рода войск.  Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Альтернативная гражданская служба.  Сроки прохождения альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. | Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.  Общие права и обязанности военнослужащих; виды ответственности, установленные для военнослужащих; обуголовной ответственности за преступления против военной службы.  Основные условия прохождения военной службы по призыву, контракту. | Уметь оценивать свой уровень подготовленности к военной службе.  Выбирать военно-профессиональную ориентацию.  Использовать приобретённые знания  для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе, развития в себе качеств, необходимых для военной службы. | |  |
| фактически |  |  | |
| 22 |  |  | | Общевоинские уставы Вооружённых сил- законов воинской жизни | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 23 |  |  | | Военная присяга- клятва воина на верность Родине, России | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 24 |  |  | | Призыв на военную службу, время и организация призыва | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 25 |  |  | | Прохождение военной службы по призыву | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 26 |  |  | | Прохождения военной службы по контракту | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 27 |  |  | | Права и ответственность военнослужащих | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 28 |  |  | | Альтернативная гражданская служба | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| **Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России** | | | | | | | | | | | |
| 29 |  |  | | Военнослужащий- патриот, с честью и достоинством несут звание защитника Отечества | | 1 | Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. | Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. | Использовать приобретённые знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. | |  |
| фактически |  |  | |
| 30 |  |  | | Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой | | 1 |  |
| фактически |  |  | |
| 31 |  |  | | Итоговая контрольная работа | | 1 |  |  |  | |  |
| фактически |  |  | |
| **Правила и безопасность дорожного движения** | | | | | | | | | | | |
| 32 |  |  | | ПДД для пешеходов | | 1 | Опасные ситуации на дорога . Правила дорожного движения(в части правил, касающихся пешеходов, велосипедистов, и водителей транспортных средств). | Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств) | Соблюдать правила безопасности дорожного движения,адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;  прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья | |  |
| фактически |  |  | |
| 33 |  |  | | ПДД для велосипедистов | | 1 | Тест  №3 |
| фактически |  |  | |
| 34 |  |  | | ПДД для водителей транспортных средств | | 1 |  |
| фактически |  |  | |

**Контрольно-измерительные материалы:**

**Тест №1 по теме «Основы медицинских знаний и правила оказания ПМП»**

**1.Кровотечения – это**

А. быстрое выделение крови их органов

Б. истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении их целостности

В. выход крови наружу их поврежденных органов.

**2. Кровотечение бывает**

А. венозное, артериальное, капиллярное, парэнхиматозное, смешанное

Б. венозное, артериальное, легочное, носовое

В. внутреннее, поверхностное, глубокое, смешанное.

**3. Каково максимальное время наложения жгута зимой**

А. не более 120 мин

Б. не более 30 мин

В. не более 90 мин.

**4. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепленной к жгуту**

А. Ф.И.О. и вид ранения

Б. дату и точное время наложения жгута

В. Ф.И.О. и время наложения жгута.

**5. Какие из перечисленных признаков являются признаками переломов**

А. нарушения функций конечности

Б. тошнота и рвота

В. появление боли при попытке движения рукой или ногой.

Г. деформация и укорочение поврежденной конечности.

Д. потеря зрения и слуха

Е. подвижность конечности в необычном месте.

**6. Какова последовательность оказания ПМП при сотрясении головного мозга**

А. вызвать врача, обеспечить покой, на голову положить холод

Б. положить на голову холод, дать крепкого чая или кофе, сопроводить в медучреждение

В. дать обезболивающее, доставить пострадавшего в медучреждение.

**7. Первые ходы бинта при накладывании повязки в случае перелома ребер делаются**

А. в состоянии вдоха

Б. в состоянии выдоха

В. при задержанном дыхании.

**8. Порядок действий по определению признаков клинической смерти следующий**

А. убедиться в отсутствии сознания, реакции зрачков на свет, дыхания и пульса на сонной артерии

Б. определить наличие реагирования зрачков глаз на свет и отсутствие сознания

В. убедиться в полной дыхательной активности и наличии у пострадавшего травм.

**Тест №2 по теме «ОСНОВЫВОЕННОЙСЛУЖБЫ»**

**1. Что такое оборона Российской Федерации?**

А. Военное учреждение;

Б. Военные законы;

В. Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к вооружённому нападению на противника;

Г. Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения.

**2 Что представляет собой военная служба?**

А. Особый вид наказания граждан Российской Федерации;

Б. Военная служба имеет приоритет перед другими видами государственной службы, осуществляется только на воинских должностях в армии и на флоте;

В. Особый вид общественной работы граждан Российской Федерации;

Г. Особый вид государственной службы граждан Российской Федерации.

**3. Как называются люди, находящиеся на военной службе?**

А. Гражданами;

Б. Военнообязанными;

В. Призывниками;

Г. Военнослужащими.

**4.В каком возрасте призывают мужчину на военную службу в Российскую армию?**

А. От 16 до 18 лет;

Б. От 18 до 27 лет;

В. От 28 до 32 лет;

Г. От 33 до 35 лет.

**5. В какие сроки осуществляется призыв на действительную военную службу гражданРоссийской Федерации, проживающих в сельской местности?**

А. С 15 октября по 31 декабря;

Б. С 1 января по 31 марта;

В. С 1 апреля по 30 июня;

Г. В любые сроки.

**6. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?**

А. В виде лишения свободы на срок до 15 суток;

Б. В виде лишения свободы на срок до одного года;

В. в виде лишения свободы на срок до двух лет;

Г. В виде лишения свободы на срок до трёх лет.

**7. Какая мера наказания предусмотрена законом, если гражданин уклоняется от призыва путём причинения себе телесного повреждения или симуляции болезни, посредством подлога или путём другого обмана?**

А. Лишение свободы на срок до одного года;

Б. Лишение свободы на срок от одного до пяти лет;

В. Лишение свободы на срок от двух до шести лет;

Г. Лишение свободы на срок от трёх до восьми лет.

**8. Под воинской обязанностью понимается:**

А. Установленный законом почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

Б. Прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;

В. Долг граждан нести службу в Вооруженных Силах в период военного положения и в военное время.

**Тест №3 по теме «Правила и безопасность дорожного движения**»

**1. Дорожные знаки**

А. предупреждающие

Б. приоритета

В. запрещающие

Г. предписывающие

В. информационно-указательные

Д. информационные.

Что лишнее?

**2. Меры ответственности за нарушения правил дорожного движения**

А. административная ответственность

Б. уголовная ответственность

В. гражданская ответственность

Г. материальная ответственность.

Что лишнее?

**3. Меры административной ответственности предусматривают наказания**

А. предупреждения

Б. штраф

В. лишение права на управление транспортным средством

Г. нарекание

Что лишнее?

**4. Дорожно-транспортное происшествие**

А. столкновение

Б. опрокидывание

В. наезд на неподвижные предметы.

Г. наезд на людей

Д. выпадение из транспортного средства

Г. разбрызгивание лужи.

Что лишнее?

**5. Если на шоссе обозначено три дорожные полосы, отделенные продольными прерывающимися чертами, то следует ехать**

А. по правой или средней полосе, по собственному усмотрению

Б. по средней полосе

В. по правой дорожной полосе на расстоянии одного метра от края проезжей части.

**6. После приема двухсот граммов водки за руль садиться можно не ранее, чем через**

А.10 часов Б. 5 часов В. 15 часов Г. 24 часа.

**Список литературы**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под общей ред. Смирнова А.Т. - М.: Просвещение, 2016.
2. Ваши шансы избежать беды: учеб.пособие / сб. ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» / авт.-сост. В. К. Емельянчик, М. Е. Капитонова. – СПб.: КАРО, 2002;Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10–11 кл. – М.: Дрофа, 2004.
3. Методика обучения ОБЖ / Л.В.Байгородова, Ю.В.Индюков-2003г.

4.Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.-сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, Б. И. Мишин, М. И. Хабнер. – М.: Дрофа, 2002;

5.Основы безопасности жизнедеятельности/ Дидактические материалы 5-9 класс-2001г.

6.Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности. / авт.-сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, Б. И. Мишин, М. И. Хабнер. – М.: Дрофа, 2002;

1. [↑](#footnote-ref-1)