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-вочасов | 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-вочасов | Содержательныеэлементы | 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 ЗОЖОсновные 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.Пользоватьсясредствами защитыпри 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 инсультеПрактическая 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 системыость. 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 раненияхПрактическая работа №2 | 1 |  |
| фактически |  |  |
| 9 |  |  | Первая помощь при травмахПрактическая работа №3 | 1 | Тест№2 |
| фактически |  |  |
| 10 |  |  | Первая помощь при остановке сердцаПрактическая 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 службуПрохождение 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 службеПроходить 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 знаниядля 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)