Приложение к ООП СОО,

утвержденной приказом МАОУ «СОШ №4»

от «31» августа 2021 г. № 905/О

**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**11 класс**

**(1 ч. в нед., 35 часов в год)**

***Учитель: Хомяк Д.Ю.***

**2021 – 2022**

**учебный год**

**Планируемые результаты изучения учебного предмета:**

**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 стресса здоровыми способами физической активности;

• умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**знать**:

* потенциальные опасности социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; воинские обязанности и особенности воинской службы.

**уметь:**

* предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; правильно действовать при оказании первой помощи, соблюдать правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной защиты.

**Содержание учебного предмета**

**Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

1. **Основы здорового образа жизни**

 Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей зуба­ми и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаи­моотношения полов.

Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, куль­турный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи. Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причи­ны, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого ви­русом иммунодефицита человека (ВИЧ).Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

**2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (6ч)**

 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при травмах. Ушибы, растяжения связок, вывихи. Сотрясения или ушиб грудной клетки. Пневмоторакс. Повреждения органов брюшной полости. Травматический шок. Первая помощь при попадании в полости носа, глотку пищевод инородных тел. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

**Раздел II. Основы военной службы**

**3. Воинская обязанность**

Основные понятия о воинской обязанности. Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её со­держания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе. Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учет. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Требования к индивидуально-психологическим и профессио­нальным качествам военнослужащих по сходным воинским должностям. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразова­тельных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение программам подготовки офицеров запаса на военных ка­федрах и в образовательных учреждениях высшего профессионального об­разования. Организация медицинского освидетельствования и медицинско­го обследования граждан при постановке на воинский учет. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Порядок представления отсрочки от призыва гражданам, при­знанным временно негодными к военной службе. Отсрочки от призыва на военную службу. Категория - «Г». Порядок представления отсрочек. Военно-профессиональная ориентация молодежи, её цели и задачи.

**Особенности военной службы**

Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы Вооруженных Сил – закон воинской жизни. Военная присяга– клятва воина на верность Родине – России. Призыв на военную службу, время и организация призыва. Прохождение военной службы по призыву. Прохождения военной службы по контракту. Права и ответственность военнослужащих.

Альтернативная гражданская служба. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющей оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Как стать офицером Российской армии. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Календарно-тематическое планирование на 2021-2022 учебный год ОБЖ 11 класс

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Дата | Тема урока | Кол-во часов | Планируемые результаты | Универсальные учебные действия | Примечание |
| 11А | 11Б |
| Воспитательные задачи:• 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. |
| **Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (15ч)** | умения познавательные, интеллектуальные:• формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему;• 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 ложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;*умения коммуникативные:*• взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека наиное 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. |  |
| 1 | 6.09 | 7.09 | Правила личной гигиены и здоровья | 1 | * Знать: — основные понятия, функции и показатели здоровья; — признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции; — наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.
* Уметь: — в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены; — обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.
* Знать: — правила личной гигиены; — связь гигиены и физической культуры; — роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём; — основные положения законодательства о семье и браке.
* Знать: — симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности; — правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах; — признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации. - виды ран и травм.

Уметь: — оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания. |  |
| 2 | 13.09 | 14.09 | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов | 1 |  |
| 3-4 | 20.0927.10 | 21.0928.09 | Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики | 2 |  |
| 5-6 | 4.1011.10 | 5.1012.10 | СПИД и его профилактика | 2 |  |
| 7 | 18.10 | 19.10 | Семья в современном обществе. Законодательство и семья | 1 |  |
| 8-9 | 25.1008.11 | 26.1009.11 | Первая помощь при ранениях | 2 |  |
| 10-11 | 15.1122.11 | 16.1123.11 | Первая помощь при травмах | 2 |  |
| 12-13 | 29.1106.12 | 30.1107.12 | Первая помощь при остановке сердца | 2 |  |
| 14-15 | 13.1220.12 | 14.1221.12 | Первая помощь при острой сердечной недостаточности | 2 |  |
| **Раздел 2. Основы военной службы (20ч)** |  |
| 16 | 27.12 | 28.12 | Основные понятия о воинской обязанности | 1 | * Знать: — порядок определения годности к военной службе; — цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе; — назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе; — порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.
* Знать: — структуру и содержание общевоинских уставов; — условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге; — организацию призыва на военную службу; — порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения; особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой
* Уметь:— работать с правовыми документами.

Знать: — требования к воину-специалисту; — порядок подготовки по воинским специальностям; — понятие и значение психологической готовности, способы её формирования; — требования, предъявляемые к офицеру военной службой; — важнейшие положения международного права войны. |  |
| 17 |  |  | Организация воинского учета и его предназначения | 1 |  |
| 18 |  |  | Обязательная подготовка граждан к военной службе | 1 |  |
| 19 |  |  | Добровольная подготовка граждан к военной службе | 1 |  |
| 20 |  |  | Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт | 1 |  |
| 21 |  |  | Увольнение с воинской службы и пребывание в запасе | 1 |  |
| 22 |  |  | Правовые основы военной службы | 1 |  |
| 23 |  |  | Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы воинской жизни | 1 |  |
| 24 |  |  | Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России | 1 |  |
| 25 |  |  | Прохождение военной службы по призыву | 1 |  |
| 26 |  |  | Прохождение военной службы по контракту | 1 |  |
| 27 |  |  | Права и ответственность военнослужащих | 1 |  |
| 28 |  |  | Альтернативная гражданская служба | 1 |  |
| 29 |  |  | Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества | 1 |  |
| 30 |  |  | Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой | 1 |  |
| 31 |  |  | Требования воинской деятельности, предъявляемое к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина | 1 |  |
| 32 |  |  | Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников | 1 |  |
| 33 |  |  | Как стать офицером Российской Армии | 1 |  |
| 34-35 |  |  | Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации | 2 |  |

|  |
| --- |
| **ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ** |
| **СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП** |
| Сертификат | 603332450510203670830559428146817986133868575778 |
| Владелец | Исянгулова Оксана Александровна |
| Действителен | С 25.06.2021 по 25.06.2022 |