


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Сабаевская средняя общеобразовательная школа»  
Кочкуровского муниципального района Республики Мордовия

Рассмотрено  
на заседании педагогического  
совета  
Протокол №  
от 28.08.2023

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
  
С.А. Деряева  
от 28.08.2023

**Рабочая программа**  
**учебного предмета «ОБЖ»**  
**в 11 классе**

Составитель: Гулягин Иван Николаевич

учитель ОБЖ

Сроки реализации рабочей программы 2023-2024 учебный год

Ступень обучения среднее общее образование

Общее количество часов по плану 33 часа

Количество часов в неделю 1 час

САБАЕВО

2023Г.

Рабочая программа по ОБЖ предназначена для учащихся 11 класса образовательного учреждения и составлена на основе:

- программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 классы, автор С.В. Ким., соответствующей требованиям федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, «Вентана- Граф», 2019.

## **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета:**

### **Предметные результаты:**

- формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности;
- использование теоретических подходов к основам безопасности жизнедеятельности, к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- формирование знаний 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; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;
- формирование умений оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

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 спортивнооздоровительной 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.

### **Метапредметные результаты:**

Познавательные:

- 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.

Регулятивные:

- 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.

**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.

**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.

**2. Тематическое планирование**

Разделы, темы	В том числе		
	Рабочая программа	Практические работы	Контрольные работы
<b>11 класс</b>	<b>33</b>	<b>6</b>	<b>4</b>

<b>1.</b>	<b>Основы комплексной безопасности личности, общества, государства</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
1.1	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	4	0	1
1.2	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности	5	0	0
1.3	Экстремальные ситуации и безопасность человека	5	2	1
<b>2.</b>	<b>Военная безопасность государства</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
2.1	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	5	0	0
2.2	Особенности военной службы в современной Российской армии	4	0	1
<b>3.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
3.1	Основы здорового образа жизни	4	0	
3.2	Первая помощь при неотложных состояниях	6	4	1

### 3. Содержание программы

#### Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (14 часов)

##### Тема 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (4 часа)

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».

##### Тема 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.

### **Тема 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.

Практические работы: Коррекция поведения в целях снижения уровня виктимности. Решение ситуационных задач по ПДД.

### **Раздел 2. Военная безопасность государства (9 часов)**

#### **Тема 4. Вооружённые 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 военнослужащего.

#### **Тема 5. Особенности военной службы в современной Российской армии (4 часа)**

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)**

#### **Тема 6. Основы здорового образа жизни (4 часа)**

Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

#### **Тема 7. Первая помощь при неотложных состояниях (6 часов) Медико-психологическая помощь.**

Практические работы: 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.

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
**11 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Планируемая дата</b>	<b>Дата проведения</b>
	<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества,</b>		

<i>государства</i> <i>14 часов</i>				
<b><i>Тема 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания</i></b> <i>4 часа</i>				
1.	1.	Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.		
2.	2.	Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.		
3.	3.	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек - среда обитания».		
4.	4.	Контрольная работа по теме: «Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания».		
<b><i>Тема 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности</i></b> <i>5 часов</i>				
5.	1.	Обеспечение национальной безопасности России.		
6.	2.	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.		
7.	3.	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.		
8.	4.	Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.		
9.	5.	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.		
<b><i>Тема 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека</i></b> <i>5 часов</i>				
10.	1.	Экстремальные ситуации криминогенного характера. Практическая работа - коррекция поведения в целях снижения уровня виктимности.		
11.	2.	Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека.		
12.	3.	Дорожно-транспортная безопасность. Практическая работа – решение ситуационных задач по ПДД.		
13.	4.	Вынужденное автономное существование в природных условиях.		
14.	5.	Контрольная работа по темам: «Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по		

		обеспечению безопасности», «Экстремальные ситуации, и безопасность человека».		
<b>Раздел 2. Военная безопасность государства</b>			<b>9</b>	
<b>часов</b>				
<b>Тема 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства</b>				
<b>от военных угроз</b>				
<b>5 часов</b>				
15.	1.	Основные задачи Вооруженных Сил.		
16.	2.	Правовые основы воинской обязанности.		
17.	3.	Правовые основы военной службы.		
18.	4.	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.		
19.	5.	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.		
<b>Тема 5. Особенности военной службы в современной Российской армии</b>				
<b>4 часа</b>				
20.	1.	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.		
21.	2.	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.		
22.	3.	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.		
23.	4.	Боевая слава российских воинов.		
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>				
<b>10 часов</b>				
<b>Тема 6. Основы здорового образа жизни</b>				
<b>4 часа</b>				
24.	1.	Демографическая ситуация в России.		
25.	2.	Культура здорового образа жизни. Культура питания.		
26.	3.	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.		
27.	4.	Вредные привычки. Культура движения.		
<b>Тема 7. Первая помощь при неотложных состояниях</b>				
<b>6 часов</b>				
28.	1.	Медико-психологическая помощь.		
29.	2.	Первая помощь при ранениях (практическое занятие).		
30.	3.	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении (практическое занятие).		
31.	4.	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии (практическое занятие).		



32	5.	Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами (практическое занятие).		
33	6	Итоговая контрольная работа		

## Планируемые результаты освоения программы

### 11 класс

№ п/п	Раздел, тема	Планируемые результаты
1.	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	<p><i>Учащийся научится:</i> характеризовать причины низкой культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. Рассуждать, делать выводы. Выявлять признаки современного экологического кризиса. Оценивать экологическую безопасность. Характеризовать биоэтику. Анализировать информацию из разных источников. Рассматривать различные методологические подходы. Характеризовать показатели благополучия и безопасности среды для человека. Характеризовать систему принципов и системный подход в обеспечении безопасности. Рассматривать антропогенные, техногенные, социогенные проблемы. Актуализировать знания о видах и источниках антропогенных опасностей. Характеризовать систему принципов обеспечения безопасности.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> развивать личные, духовные и физические качества; самооценку собственной культуры безопасного поведения. Анализировать образование и социальное воспитание, а также личную ответственность как условия повышения культуры безопасности жизнедеятельности.</p>
2.	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности	<p><i>Учащийся научится:</i> Характеризовать и анализировать социальную, экономическую и государственную безопасность и меры их обеспечения. Характеризовать военно-силовые ресурсы государства в противодействии терроризму. Анализировать и выявлять государственные меры защиты населения и территорий. Перечислять профессиональные и моральные качества спасателей.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> анализировать и характеризовать внешнюю политику Российской Федерации.</p>

3.	Экстремальные ситуации и безопасность человека	<p><i>Учащийся научится:</i> следовать правилам безопасного поведения в городе, в толпе. Соблюдать меры безопасности личности, общества в криминогенной ситуации. Анализировать масштабы данной общественной и государственной проблемы, роль государства в обеспечении безопасности дорожного движения. Определять уровень культуры безопасности дорожного движения. Характеризовать правила выживания в условиях вынужденной автономии. Вырабатывать в себе нравственные качества и убеждения.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> актуализировать материал по характеристике чрезвычайных ситуаций криминогенного характера и уголовной ответственности несовершеннолетних. Проектировать модели безопасного поведения.</p>
4.	Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз	<p><i>Учащийся научится:</i> перечислять основные задачи Вооруженных Сил в мирное и военное время. Формулировать правовые основы воинской обязанности. Характеризовать особенности военной службы по контракту. Объяснять на значение и содержание воинского учета граждан России. Определять взаимосвязь единоначалия и воинской дисциплины. Анализировать права и свободы военнослужащих. Анализировать особенности обязательной подготовки граждан к военной службе. Определять особенности добровольной подготовки. Характеризовать военно-учетные специальности. Перечислять и анализировать виды воинской деятельности и воинской обязанности.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> актуализировать ранее полученные знания из истории армии. Формулировать морально-психологические требования к военнослужащим.</p>
5.	Особенности военной службы в современной Российской армии	<p><i>Учащийся научится:</i> характеризовать значение воинской дисциплины. Раскрывать сущность миротворческих операций. Определять особенности международной политики. Актуализировать знания об участии Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Характеризовать понятие «контртеррористическая операция».</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> формировать целостное представление о боевой славе российских воинов. Определять личностную позицию и национальную идентичность.</p>

6.	<p>Основы здорового образа жизни</p>	<p><i>Учащийся научится:</i> анализировать демографическую ситуацию в России. Характеризовать медицинское обеспечение здоровья населения. Характеризовать рациональную организацию режима труда и отдыха. Формулировать и характеризовать основные принципы рационального питания. Формировать культуру здорового питания. Характеризовать сущность репродуктивного здоровья. Воспитывать в себе нравственные приоритеты. Работать с интерактивными объектами и решать ситуационные задачи. Формировать целостное представление о вредных привычках. Характеризовать влияние двигательной активности на здоровье человека.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> определять и анализировать компоненты культуры здорового образа жизни.</p>
7.	<p>Первая помощь при неотложных состояниях</p>	<p><i>Учащийся научится:</i> практически отрабатывать порядок оказания первой помощи при ранениях, электротравмах, ожогах, обморожении. Характеризовать правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии. Формировать умение находить компромиссное решение в сложной ситуации. Решать ситуационные задачи. Практически отрабатывать порядок оказания первой помощи при отравлении никотином, алкоголем, лекарственными препаратами.</p> <p><i>Учащийся получит возможность научиться:</i> определять психотравмирующие ситуации и особенности оказания психологической помощи.</p>