

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА РУБЦОВСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГИМНАЗИЯ № 11»


РАССМОТРЕНО  
МО учителей физической культуры и  
ОБЖ

 А.Г. Астанин

Протокол №16

от "07" июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР

 С.Н. Макрушина

Протокол №16

от "09" июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Мартинюк А.В.

Приказ №249

от "15" июня 2022 г.



**Рабочая программа**

**основного среднего образования**

**по основам безопасности жизнедеятельности**

**физическая культура и ОБЖ**

предметная область

в 11а, 11б классах

на 2021 – 2022 учебный год

разработана на основе

Основы безопасности жизнедеятельности. Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

Составитель: Трунов Сергей Павлович, учитель ОБЖ, первая категория

Рубцовск, 2021

## Учебно-тематическое планирование

по основам безопасности жизнедеятельности

Классы: 11А, 11Б

Учитель: Трунов Сергей Павлович

Количество часов: на год 35 часов, в неделю 1 час;

I полугод. 16 ч.

II полугод. 19 ч.

Из них: контрольных работ \_\_\_\_\_

I полугод. \_\_\_\_\_

II полугод. \_\_\_\_\_

практических работ 7

I полугод. \_\_\_\_\_

II полугод. 7

лабораторных работ \_\_\_\_\_

I полугод. \_\_\_\_\_

II полугод. \_\_\_\_\_

экскурсии \_\_\_\_\_

I полугод. \_\_\_\_\_

II полугод. \_\_\_\_\_

Учебник: Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности.  
Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

## **Пояснительная записка**

### **к рабочей программе для 11 класса**

#### **Нормативные документы и методические материалы:**

Рабочая программа по ОБЖ для 10-х классов создана на основе:

- Федерального перечня учебников (от 28.12.18 № 345 с изменениями в соответствии с приказом №249 от 18.05.2020г);
- Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень : рабочая программа. 10–11 классы : учебно-методическое пособие / С. В. Ким. — М.:Вентана-Граф, 2019.
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом № 1897 Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 года;
- Примерной программы основного общего образования. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения);
- Основной образовательной программы ООО МБОУ «Гимназия № 11», утвержденной приказом директора № 160 от 30.08.2019г.;
- Учебного плана МБОУ «Гимназия № 11» на 2021-2022 учебный год;
- Положения о рабочей программе МБОУ «Гимназия № 11», утвержденного приказом директора № 54/3 от 05.05.2016г.

#### **Количество часов, отводимых на изучение данного курса, число часов в неделю:**

Согласно авторской программе курс рассчитан на 35 часов (1 час в неделю).

Рабочая программа учителя рассчитана на 35 часов.

#### **Индивидуальные особенности учащихся:**

Учащиеся 11 класса имеют высокую мотивацию к обучению, желание и возможности изучать предмет. Учащиеся активно работают на уроках, выполняют задания разного уровня. В работе с этим классом применяю различные методы обучения, включая самостоятельную работу с учебником.

#### **Цели и задачи изучения курса:**

Достижение целей обеспечивается решением **следующих задач** в образовательном процессе:

— **обучение** учащихся стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности, обеспечивающее усвоение знаний о правах и обязанностях личности, общества и государства в области безопасности, о здоровом образе жизни, формирование умений предвидеть и распознавать

опасности, грамотно действовать, используя индивидуальные и коллективные средства защиты, оказывать первую помощь, реализуя стратегию минимизации негативных последствий для собственного здоровья, благополучия других людей и среды обитания;

— **воспитание** чувства личной сопричастности и ответственности за обеспечение индивидуальной, общественной (социальной) и государственной безопасности; четкой правовой гражданской позиции по сохранению социального мира, по правовому поведению в социальных конфликтах; ценностного отношения к любой жизни, к своему здоровью, здоровью людей и среде обитания;

— **развитие** личных духовных и физических качеств: самодисциплины, самоконтроля, самооценки собственной культуры безопасного поведения и деятельности, обеспечивающих личную и общественную безопасность.

При отборе содержания курса авторы исходили из следующих педагогических принципов:

1. **Социогуманитарная обусловленность** — учет требований Федерального государственного образовательного стандарта в предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности».

2. **Природосообразность** — учет возрастных психофизических особенностей и потребностей старшеклассников, актуализация субъектной позиции обучающихся по социальноправовой подготовке в области безопасности жизнедеятельности.

3. **Преемственность** всех ступеней образования — информационно-методическое соответствие целей и содержания предмета ОБЖ в средних и старших классах школы.

4. **Научность, связь теории с практикой** — опора на методологические средства теории безопасности жизнедеятельности; формирование конкретных умений.

5. **Системность** — представление среды и ее объектов в качестве систем, изучение взаимодействия которых ведет к анализу причин и следствий проявления опасностей в среде жизнедеятельности.

6. **Интегративность** — межпредметные и внутрипредметные связи гуманитарного и естественно-научного знания по проблеме безопасности жизнедеятельности.

7. **Культуросообразность** — расширение представлений о ценности, значимости культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества, о ее месте и роли в совокупном комплексе общей культуры жизнедеятельности человека и общества в современной среде обитания.

### **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:**

- *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:**

***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 дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**Сроки реализации рабочей программы – 2021– 2022 учебный год.**

**Формы, способы и средства обучения, технологии обучения:**

**Формы занятий:** урок-лекция, урок-семинар, урок-практикум и др.

**Методы и приемы преподавания:** объяснительно-иллюстративный (рассказ, беседа, анализ, описание), репродуктивный (пересказ, списывание, выполнение заданий по образцу и т.д.), частично-поисковый (эвристическая беседа, комментирование и др.), исследовательские (самоанализ таблиц, практические действия с выводом, работа с учебником, работа с документом) и др.

**Формы работы:** фронтальные, групповые, индивидуальные (сообщение, презентация), дифференцированный подход и др.

После изучения курса в каждом классе выполняется итоговое задание. Это может быть реферат, доклад, проектное задание, анализ ситуации и т.д.

**Методы обучения:**

***а) словесные методы (рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, лекция, работа с книгой.);***

**б) наглядные методы** (показ ученикам иллюстративных пособий, плакатов, таблиц, картин, карт, зарисовок на доске);

**Средства обучения:** мультимедийные средства, компакт-диски.

**Технологии обучения:**

- Технологии традиционного обучения для освоения минимума содержания образования в соответствии с требованиями стандартов; технологии, построенные на основе объяснительно-иллюстративного способа обучения. В основе – информирование, просвещение обучающихся и организация их репродуктивных действий с целью выработки у школьников общеучебных умений и навыков.
- Технологии реализации межпредметных связей в образовательном процессе.
- Технологии дифференцированного обучения для освоения учебного материала обучающимися, различающимися по уровню обучаемости, повышения познавательного интереса. Осуществляется путем деления ученических потоков на подвижные и относительно гомогенные по составу группы для освоения программного материала в различных областях на различных уровнях: минимальном, базовом, вариативном.
- Личностно-ориентированные технологии обучения, способ организации обучения, в процессе которого обеспечивается всемерный учет возможностей и способностей обучаемых и создаются необходимые условия для развития их индивидуальных способностей.
- Технология индивидуализации обучения.
- Информационно-коммуникационные технологии.

**Виды деятельности учащихся:** коллективная работ, самостоятельная работа, тестирование, работа в парах, работа в группах, взаимопроверка, самопроверка.

**Формы, способы и средства проверки и оценки результатов:**

**Формы контроля:** индивидуальный, групповой, фронтальный.

**Виды контроля:** предварительный, текущий, тематический, итоговый.

### **Содержание учебного предмета (курса)**

#### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства**

##### **Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания**

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**

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**

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**

### **Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз**

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.

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

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**

### **Глава 6. Основы здорового образа жизни**

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**

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.

### **Обоснование выбора УМК:**

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является *интегрированным*, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

### **УМК для учителя:**

*Ким С. В., Горский В. А.* Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф Вентана-Граф.

*Ким С. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

*Ким С. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

### **УМК для учащихся:**

*Ким С. В., Горский В. А.* Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф

№ урока	Раздел. Тема урока.	Кол-во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч).</b>				
<b>Глава 1: Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. (5 часов)</b>				
1	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.(5часов)</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 (5 часов)</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 (10часов)</b>				
<b>Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 часов)</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 военнослужащего.	1		
<b>Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии (5 часов)</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 (10часов)</b>				
<b>Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 часов)</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>31Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях (5 часов)</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		
	<b>Итого</b>	<b>35</b>		

