|  |  |
| --- | --- |
|  |  |



**Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**для 11 класса**

(среднее общее образование)

**Составитель рабочей программы:**

Савин Евгений Михайлович,

Учитель физической культуры и ОБЖ,

2020- 2021 учебный год

**1.Требования к уровню подготовки выпускников**

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

**знать/понимать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

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

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

- 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);

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

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

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- владеть навыками в области гражданской обороны;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

- 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 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 для:

- ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;

- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

- обращения в службы экстренной помощи;

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;

- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, обморожениях, ушибах, кровотечениях;

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

- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

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

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

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

- адекватно оценивать ситуацию на проезжей части и тротуаре с точки зрения пешехода и (или) велосипедиста;

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

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

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

- соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

- пользования бытовыми приборами и инструментами;

- проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;

- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**2. Содержание учебного предмета**

***Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности***

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. (*Беременность и гигиена беременности.Уход за младенцем)*

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

***Государственная система обеспечения безопасности населения***

*Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.*

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

***Основы обороны государства и воинская обязанность***

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства. *История создания вооруженных сил.* Виды Вооруженных Сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

*Военно- профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации.*

**Содержание учебной программы «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  (11 класс)**

**Раздел 1.Государственная система обеспечения безопасности населения**

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от пожаров. Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне» и др. Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан. Основные мероприятия, проводимые в стране по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Задачи, цели Национального антитеррористического комитета. Структура комитета. Правовой режим контртеррористической операции.

**Раздел 2. Здоровье и здоровый образ жизни. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**

**1. Основы здорового образа жизни**  
1.1.Правила личной гигиены и здоровье   
Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

1.2.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.

1.3.Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактикиИнфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины,   
способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответст­венность за заражение венерической болезнью.   
1.4.СПИД и его профилактика. 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.

1.5.Семья в современном обществе. Законодательство и семья. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок за­ключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов.

1.6. Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей.  
Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовер­шеннолетних детей. Права и обязанности детей. Защита государства.

**2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой меди­цинской помощи**

2.1.Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте (практические занятия) Сердечная недостаточность. Основные понятия и определения. Инфаркт. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская по­мощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте.

2.2.Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия) Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

2.3.Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия). Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппара­та. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травмах гру­ди, живота, позвоночника.

2.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца (практические занятия) Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клини­ческой смерти и её признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких. Правила сердечно-лёгочной реанимации

**Раздел 3. Основы военной службы**

**3 Воинская обязанность**

3.1Основные 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.

3.2 Профессионально-психологический отбор в вооруженных силах РФ.

3.3 Обязательная подготовка граждан к военной службе Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессио­нальным качествам молодежи призывного возраста для комплектования раз­личных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

3.4Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовер­шеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафед­рах и в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

3.5Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет Организация медицинского освидетельствования и медицинского обсле­дования граждан при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к во­енной службе.

3.6Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных сил Российской Фе­дерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

**4 Особенности военной службы**  
4.1Правовые основы военной службы   
Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Рос­сийской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляе­мые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные ас­пекты международного права.

4.2Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации -закон воинской жизни Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Ус­тав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федера­ции, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строе­вой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и ос­новные положения. 4.3Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. Исто­рия принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок при­ведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги длявыполнения каждым военнослужащим воинского долга.   
4.4Прохождение военной службы по призыву   
Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, органи­зация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предос­тавления отсрочек. Общие, специальные и должностные обязанности военнослужащих. Раз­мещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военно­служащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Феде­рации. Военная форма одежды. 4.5Прохождение военной службы по контракту   
Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требова­ния, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по кон­тракту. Сроки военной службы. Права и льготы, представляемые военнослу­жащим, проходящим военную службу по контракту.

4.6Права и ответственность военнослужащих   
Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыска­ния, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (не­выполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между во­еннослужащими, самовольное оставление части и др.).

4.7Альтернативная гражданская служба   
Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтер­нативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интере­сах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

**5.Военнослужащий — защитник своего Отечества**. Честь и досто­инство воина Вооруженных Сил

5.1Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий зва­ние защитника Отечества Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и дос­тоинством носить своё воинское звание — защитник Отечества; любовь к Роди­не, её истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готов­ность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституци­онного строя России, народа и Отечества.

5.2Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружиеми военной техникой. Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вве­ренного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, по­нимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

5.3Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы во­инской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необхо­димость повышения уровня подготовки молодёжи призывного возраста к воен­ной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам при­зывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинско­го коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конститу­цию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских ус­тавов, приказы командиров и начальников Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе по­рядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться своим командирам и начальникам, при выполне­нии воинского долга проявлять разумную инициативу.

5.5Как стать офицером Российской армии Основные виды военных образовательных учреждений профессионально­го образования. Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения про­фессионального образования. Организация подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Россий­ской Федерации.

5.6Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных СилРоссийской Федерации Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих опера­циях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Наименование тем** | **Количество**  **часов** |
| 1) | Правила личной гигиены и здоровья | 1 |
| 2) | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов | 1 |
| 3) | Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики ЗППП | 1 |
| 4,5) | СПИД и его профилактика | 2 |
| 6) | Семья в современном обществе. Законодательство о семье | 1 |
| 7 | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте | 1 |
| 8 | Первая медицинская помощь при ранениях | 1 |
| 9 | Первая медицинская помощь при травмах | 1 |
| 10 | Первая медицинская помощь при остановке сердца | 1 |
| 11 | Основные понятия о воинской обязанности | 1 |
| 12 | Организация воинского учета и его предназначение | 1 |
| 13 | Первоначальная постановка граждан на воинский учет | 1 |
| 14 | Обязательная подготовка граждан к военной службе | 1 |
| 15 | Основные требования к индивидуально-психологическим профессиональным качествам молодежи | 1 |
| 16 | Добровольная подготовка граждан к военной службе | 1 |
| 17 | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет | 1 |
| 18 | Категории годности к военной службе | 1 |
| 19 | Организация профессионально-психологического отбора граждан | 1 |
| 20 | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе | 1 |
| 21 | Правовые основы военной службы | 1 |
| 22 | Общевоинские уставы ВС - закон воинской жизни | 1 |
| 23 | Военная присяга - клятва воина на верность Родине, России | 1 |
| 24 | Призыв на военную службу, время и организация призыва | 1 |
| 25 | Прохождение военной службы по призыву | 1 |
| 26 | Прохождения 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, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным 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?  Военно- профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных силах РФ | 1 |
| **Итого** |  | **34** |