

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Отдел образования Администрации Пушкинского района  
Санкт-Петербурга

ГБОУ школа №500 Пушкинского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО

На заседании МО учителей

Физической культуры

Протокол № 1

от «28» 08 2023 г

ПРИНЯТО

Педагогическим Советом

Протокол № 1

от «30» 08 2023 г

УТВЕРЖЕНО

Директор школы № 500

\_\_\_\_\_/Базина Н.Г.

Приказ № 067

от «30» 08 2023 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Учебного предмета

ОБЖ

для 11 класса

домашнее обучение

на 2023-2024 учебный год

Составитель:

Чистик Надежда Валерьевна

Санкт-Петербург - Пушкин  
2023

## Пояснительная записка

Рабочая программа для 10—11 классов представляет собой один из возможных вариантов разработки содержания и тематического планирования учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) в старших классах основной школы.

Программа разработана в соответствии с положениями:

Конституции Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации в области образования и безопасности жизнедеятельности и отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Рост техногенных аварий, природных катастроф и социальных конфликтов в современном мире подтверждает актуальность формирования культуры безопасности личности и общества.

**Безопасность** — характеристика качества благополучия состояния объектов и условий их жизнедеятельности. Обеспечение безопасности объектов требует специальных мер ее организации. Объективные показатели обеспечения безопасности жизнедеятельности могут не совпадать с субъективным ощущением безопасности человеком, людьми.

**Под безопасностью понимают** состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Состояние защищенности определяется объективными показателями организации защиты жизненно важных интересов объектов безопасности и субъективными ощущениями людей о степени защищенности их жизнедеятельности в среде обитания.

**Жизненно важные интересы** - это совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование (жизнедеятельность) и возможности прогрессивного развития личности, общества, государства.

*К жизненно важным интересам личности* относятся прежде всего здоровье, возможность трудиться, отдыхать, учиться, жить в достойных для человека условиях, получать квалифицированную социальную, медицинскую помощь и др. К жизненно важным интересам общества относятся: гражданский мир, стабильное функционирование и прогрессивное развитие экономики, финансовой системы, предприятий общественного хозяйства и социальной сферы, обеспечивающих потребности общества необходимыми товарами и услугами.

*К жизненно важным интересам государства* (национальным интересам) относятся: суверенитет государства, существующий государственный строй, определяющий взаимоотношения личности и общества с властью, законы общества и др.

*Национальные интересы Российской Федерации* - совокупность внутренних и внешних потребностей жизни общества, определяющих устойчивое развитие общества и государства во всех сферах жизнедеятельности (внутриполитической, экономической, социальной, международной, военной, экологической и т. д.). Национальная безопасность — состояние защищенности государством своих национальных интересов от внешних и внутренних угроз.

Основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства — это неконтролируемые, внезапные, стихийные проявления (действия) сил природного, техногенного и социального характера, которые нарушают привычную жизнедеятельность людей, создают опасные для жизни и здоровья ситуации, наносят большой ущерб народному хозяйству и природной среде. Это явления как природного характера (биологические, экологические, климатогеографические, техногенные) — аварии, взрывы, катастрофы, так и социального происхождения — войны, грабежи, экстремизм и др.

Опасные ситуации подразделяют на **экстремальные** - сверхопасные для человека и **чрезвычайные** — сверхопасные для большого количества людей, материальных и природных объектов среды жизнедеятельности людей. Неадекватная оценка степени угрозы собственной безопасности является основной причиной травм, других видов ущерба жизни и здоровью людей на производстве, на транспорте, в разных условиях труда и отдыха.

Научно-технический прогресс позволил создать комфортную искусственную техногенную среду, но ее сложность и опасность требует от людей постоянного внимания, осторожности, знаний правил безопасного поведения, применения правил техники безопасности в разных условиях.

Ключевая идея программы «Основы безопасности жизнедеятельности» — повышение индивидуальной компетентности и культуры безопасного поведения школьника, осознание ответственности за благополучие и безопасность общества.

**Культура безопасности жизнедеятельности** — это совокупность образцов (моделей) мышления, поведения и деятельности личности безопасного типа вследствие соблюдения правил безопасности в разных сферах жизнедеятельности общества.

Основу культуры безопасности жизнедеятельности составляет компетентность личности и общества, которая формируется в процессе целенаправленного обучения и самостоятельного опыта соблюдения правил безопасности. Компетентность проявляется в умении распознавать опасные ситуации и предотвращать их появление через соблюдение правил техники безопасности.

Воспитание и самовоспитание культуры безопасности жизнедеятельности проявляются через формирование ответственности, дисциплины, привычки к соблюдению правил безопасности; в развитии главных человеческих качеств: гуманности (человеколюбия), милосердия, взаимопомощи, терпимости (толерантности), любви и доброты по отношению к другим людям.

### **Общая характеристика курса**

Концепция учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» подразумевает формирование культуры безопасности жизнедеятельности личности в современном обществе на основе научных знаний об опасностях окружающей среды и способах защиты от них. Содержательные линии учебника позволяют достичь личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, которые определены Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Настоящая программа составлена для учащихся 11 класса, обучающихся индивидуально на дому, поэтому несколько отличается от основной программы и рассчитана всего на 0,25 часа в неделю, 8,5 часов в год. На самостоятельную подготовку выделяется 25,5 часов в год.

### **Основные цели изучения предмета ОБЖ:**

- содействие повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз;
- содействие снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование основ экологического мышления, осознание влияния культуры безопасности жизнедеятельности и социально-экономических процессов на состояние природной среды, приобретение опыта природоохранной деятельности;
- осознание ответственности и потребности в формировании культуры семейных отношений на основе принятия ценностей семейной жизни — любви, равноправия, заботы, ответственности;
- профилактика асоциального поведения учащихся, формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

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.

## Требования к результатам обучения

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.

- 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.

#### 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.

### Календарно – тематическое планирование

| п/п № | Дата |      | Прод-ть урока | Тема урока | Домашнее задание |
|-------|------|------|---------------|------------|------------------|
|       | план | факт |               |            |                  |

|   |  |  |   |   |  |
|---|--|--|---|---|--|
| 1 |  |  | 1 | Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.              | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 2 |  |  | 1 | Обеспечение национальной безопасности России.   | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 3 |  |  | 1 | Экстремальные ситуации криминогенного характера.  | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 4 |  |  | 1 | Основные задачи Вооружённых Сил.  | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 5 |  |  | 1 | Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.  | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 6 |  |  |   | Демографическая ситуация в России.<br>Культура здорового образа жизни.  |  |
| 7 |  |  | 1 | Первая помощь при ранениях.   | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 8 |  |  | 1 | Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |
| 9 |  |  | 1 | Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.  | Повторение пройденного материала. Подготовиться к проверке знаний. |