

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6» города Когалыма

**Пункт 2.2. Основной образовательной
программы среднего общего
образования**

(в соответствии с федеральным
государственным образовательным стандартом
среднего общего образования, утвержденным
приказом Министерства образования и науки
Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413
«Об утверждении федерального государственного
образовательного стандарта среднего общего
образования»), утвержденной приказом
МАОУ «Средняя школа №6» от 31.08.2023 № 451

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предметная область: физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности

Учебный предмет: основы безопасности жизнедеятельности

10-11 классы

Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты

Данная программа обеспечивает формирование личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты выпускников старшей школы, формируемые при изучении Обж на базовом уровне:

- развитие таких качеств, как воля, целеустремлённость, креативность, инициативность, эмпатия, трудолюбие, дисциплинированность, а также умения принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность;
- формирование социальных компетенций, включая ценностно-смысловые установки и моральные нормы, опыт социальных и межличностных отношений, правосознание;
- формирование активной жизненной позиции, готовности отстаивать национальные и общечеловеческие (гуманистические, демократические) ценности, свою позицию гражданина и патриота своей страны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности в старшей школе проявляются в:

• **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):**
 - *само регуляция 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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание программы включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой помощи, а также практические занятия по оказанию первой помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;

- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;

- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.
- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

**Тематическое планирование
10 класс (34 часа)**

№	Тема раздела	Тема
1	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания
2		Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности
3		Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
4		Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
5		Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
6	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности
7		Защита национальной безопасности государства от военных угроз
8		Защита личности, общества, государства от угроз социального характера
9		Противодействие экстремизму
10		Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации
11	Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
12		Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях
13		Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера
14		Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера
15		Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование
16	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения
17		Защита населения и территорий от радиационной опасности

18		Средства коллективной защиты от оружия массового поражения
19		Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности
20		Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи
21	Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы
22		Состав Вооруженных Сил Российской Федерации
23		Воинская обязанность и военная служба
24		Права и обязанности военнослужащих
25		Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации
26	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья
27		Здоровый образ жизни и его составляющие
28		Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики
29		Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики
30		Профилактика заболеваний, передающихся половым путем
31	Оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок
32		Правила оказания первой помощи при травмах
33		Первая помощь при кровотечениях, ранениях Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах
34		Первая помощь: сердечно-легочная реанимация

Тематическое планирование 11 класс (34 часа)

№	Тема раздела	Тема
1	Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания
2		Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий
3		Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания
4		Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности
5		Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания»

6	Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.	Обеспечение национальной безопасности России
7		Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности
8		Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму
9		Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России
10		Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму
11	Экстремальные ситуации и безопасность человека.	Экстремальные ситуации криминогенного характера
12		Экстремизм, терроризм и безопасность человека
13		Наркотизм и безопасность человека
14		Дорожно-транспортная безопасность
15		Вынужденное автономное существование в природных условиях
16	Вооружённые силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	Основные задачи Вооруженных Сил
17		Правовые основы воинской обязанности
18		Правовые основы военной службы
19		Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная
20		Требования воинской деятельности к личности военнослужащего
21	Особенности военной службы в современной Российской армии.	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы
22		Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира
23		Военные операции на территории России: борьба с терроризмом
24		Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации
25		Боевая слава российских воинов
26	Основы здорового образа жизни.	Демографическая ситуация в России
27		Культура здорового образа жизни
28		Культура питания
29		Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье
30		Вредные привычки. Культура движения
31	Первая помощь при неотложных состояниях.	Медико-психологическая помощь
32		Первая помощь при ранениях
33		Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими

		веществами
34		Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии