****

**Пояснительная записка**

Данная рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 11 класса разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и предназначена для реализации Государственных требований к уровню подготовки выпускников средней (полной) школы.

В основу рабочей программы положена примерная программа по основам безопасности жизнедеятельности, составленная на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и программа общеобразовательного учреждения основы безопасности жизнедеятельности. 1-11 классы / под общей редакцией А.Т.Смирнова. – М., 2008г.

Цели и задачи:

**- воспитание** ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

**- развитие** духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

**- освоение знаний:** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

**- формирование умений:** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

.

**Учебно-методический комплект:**

1. Учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смир­нова. - М: Просвещение, 2008.

2. Методическое пособие для учителя: В.А. Шкенёв. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 классе: поурочные планы по учебнику А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина, В.А. Васнева Волгоград: издательство «Учитель» 2008год.

Содержание программы включает теорию и практику здорового образа жизни и защиты человека в опасных различных и чрезвычайных ситуациях, а также теорию и практику оказания первой медицинской помощи, в количестве 34часов-1час в неделю.

**Проверка и оценка** знаний проходит в ходе текущих занятий в устной или письменной форме. При устной проверке знаний преподаватель обращается к учащимся с вопросами, требующими размышлений, доказательств, анализа, обобщения, выводов, предложений, решения и конкретных действий. Письменные работы проводятся, когда необходимо проверить знания по значимым вопросам темы или раздела курса ОБЖ.

Итоговый и промежуточный (в конце 1-го полугодия) контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Для реализации данной рабочей программы используются следующие методы и формы обучения:

* Лекции;
* Беседы;
* Семинары;
* Практические занятия;
* Соревнования;
* Ролевые игры;
* Экскурсии;
* Тренинги;
* Исследовательская работа.
* Проектная деятельность.

**Требования к уровню подготовки учащихся 11 класса.**

В результате освоения содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» ученик 11-ого класса **должен знать**:

- основы здорового образа жизни;

- правила личной гигиены и здоровья;

- инфекции, передаваемые половым путём;

- СПИД и его профилактику;

- основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи;

- основы военной службы;

- особенности военной службы;

уметь:

- оказывать ПМП;

- охарактеризовать основные особенности военной службы по призыву и по контракту;

- выполнять строевые приёмы на месте и в движении;

- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;

- выполнять разборку и сборку автомата Калашникова;

- пользовать справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учётом индивидуальных качеств

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для :

- ведения здорового образа жизни;

- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- формирование в себе качеств хорошего семьянина;

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- формирование психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву;

- подготовки себя к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

**Учебно – тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **раздела,**  **темы и урока** | **Наименование раздела, темы и урока** | **Количество часов** | | | **Теория** | | | **Практика** | | **Контроль** |
|  |  | **Раздел** | | **Тема** |  | | |  | |  |
|  | **1 полугодие.** |  | |  |  | | |  | |  |
| **Раздел I** | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.** | **10** | |  |  | | |  | |  |
| Глава 1. | Основы здорового образа жизни. |  | | 5 |  | | |  | |  |
| 1.1 (1) | Правила личной гигиены. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 1.2.(2) | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимопонимания полов. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 1.3 (3) | Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 1.4 (4) | СПИД и его профилактика. Способы передачи. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| 1.5 (5) | Семья в современном обществе. Законодательство и семья. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| Глава 2. | Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. |  | | 4 |  | | |  | |  |
| 2.1 (6) | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| 2.2 (7) | Первая медицинская помощь при ранениях. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| 2.3 (8) | К/р «Первая медицинская помощь при травмах». |  | | 1 |  | | |  | | 1 |
| 2.4 (9) | Первая медицинская помощь при остановке сердца. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| **Раздел 2** | **Основы военной службы.** | **25** | |  |  | | |  | |  |
| Глава 3. | Воинская обязанность. |  | | 10 |  | | |  | |  |
| 3.1 (10) | Основные понятия о воинской обязанности. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.2 (11) | Организация воинского учета и его предназначение (первоначальная постановка на воинский учёт). |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.3 (12) | Организация воинского учета и его предназначение (мед. освидетельствование). |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.4 (13) | Обязательная подготовка граждан к военной службе. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.5 (14) | Обязательная подготовка граждан к военной службе (различные воинские специальности). |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.6 (15) | Добровольная подготовка граждан к военной службе. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.7 (16) | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.8 (17) | К/р « Категории годности к военной службе». |  | | 1 |  | | |  | | 1 |
| 3.9 (18) | Организация профессионально-психологического отбора граждан. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 3.10 (19) | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| Глава 4 | Особенности военной службы. |  | | 8 |  | | |  | |  |
| 4.1 (20) | Правовые основы военной службы. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.2 (21) | Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – закон воинской жизни. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.3 (22) | Военная присяга – клятва воина на верность Родины – России. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.4 (23) | Призыв на военную службу, время и организация призыва. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.5(24) | Прохождение военной службы по призыву. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.6 (25) | Прохождение военной службы по контракту. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 4.7 (26) | К/р «Права и ответственность военнослужащих». |  | | 1 |  | | |  | | 1 |
| 4.8 (27) | Альтернативная гражданская служба. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| Глава 5 | Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил. |  | | 7 |  | | |  | |  |
| 5.1 (28) | Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитник Отечества. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 5.2 (29) | Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 5.3 (30) | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. |  | | 1 |  | | | 1 | |  |
| 5.4 (31) | Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. |  | | 1 |  | | |  | |  |
| 5.5 (32) | Как стать офицером Российской армии? |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 5.5 (33) | Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых сил Российской Федерации. |  | | 1 | 1 | | |  | |  |
| 5.6 (34) | К/р «Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ». |  | | 1 |  | | |  | | 1 |
|  | **Всего часов** | **34** |  | | | **24** | **6** | | **4** | | |

**Содержание учебной программы ОБЖ для 11 класса.**

**I.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Основы здорового образа жизни.   Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очище­нии организма. Нравственность  и здоровье.   Формирование правильного взаимоотношения полов

Семья и ее 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. Семья в современном обществе. Законодательство о семье Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и по­рядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей. Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, при­чины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. СПИД и его профилактика. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вы­зываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-ин­фекцией.

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

Первая медицинская помощь при острой сердечной недо­статочности и инсульте. Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицин­ская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Пер­вая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области та­за, при повреждении позвоночника. Первая медицинская помощь при остановке сердца Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причи­ны клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непря­мого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

**II.Основы воинской службы.**

**3.**  **Воинская обязанность**.

Основные понятия о воинской обязанности .Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и про­хождение военных сборов в период пребывания в запасе.Организация воинского учета и его предназначение Организация воинского учета. Первоначальная постановка граж­дан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при пер­воначальной постановке на воинский учет. 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). Добровольная подготовка граждан к военной службе Основные направления добровольной подготовки граждан к во­енной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по 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 в образовательных учреждениях высшего профессио­нального образования. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психоло­гического отбора граждан при первоначальной постановке их на во­инский учет. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

**4. Особенности военной службы**

Правовые основы военной службы, Конституция РФ,  Фе­деральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О   воинской обязанности и военной службе». Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.  Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воин­ской жизни

Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламен­тирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарни­зонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинар­ный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.  Военная 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 для выполнения каждым военнослужа­щим воинского долга. Прохождение 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, должностные и специальные обязанности военнослужа­щих. Размещение военнослужащих, распределение времени и по­вседневный порядок жизни воинской части. Время военной служ­бы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды. Прохождение военной службы по контракту Основные условия прохождения военной службы по контракту.Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Права и ответственность военнослужащих. Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослу­жащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, матери­альная, уголовная). Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаи­моотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

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

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с чес­тью и достоинством носить свое воинское звание — защитника Отечества: любовь к Родине, ее 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. Военнослужащий —специалист,   в совершенстве владею­щий оружием и военной техникой

Требования 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. Военнослужащий   —подчиненный,   строго   соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий тре­бования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил РФ.

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

**Календарно – тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **По плану** | **По факту** |
|  |  |
| 1.1 (1) | Правила личной гигиены. | 4.09 |  |
| 1.2.(2) | Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимопонимания полов. | 11.09 |  |
| 1.3 (3) | Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики. | 18.09 |  |
| 1.4 (4) | СПИД и его профилактика. Способы передачи. | 25.09 |  |
| 1.5 (5) | Семья в современном обществе. Законодательство и семья. | 2.10 |  |
| 2.1 (6) | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. | 9.10 |  |
| 2.2 (7) | Первая медицинская помощь при ранениях. | 16.10 |  |
| 2.3 (8) | К/р «Первая медицинская помощь при травмах». | 23.10 |  |
| 2.4 (9) | Первая медицинская помощь при остановке сердца. | 30.10 |  |
| 3.1 (10) | Основные понятия о воинской обязанности. | 13.11 |  |
| 3.2 (11) | Организация воинского учета и его предназначение (первоначальная постановка на воинский учёт). | 20.11 |  |
| 3.3 (12) | Организация воинского учета и его предназначение (мед. освидетельствование). | 27.11 |  |
| 3.4 (13) | Обязательная подготовка граждан к военной службе. | 4.12 |  |
| 3.5 (14) | Обязательная подготовка граждан к военной службе (различные воинские специальности). | 11.12 |  |
| 3.6 (15) | Добровольная подготовка граждан к военной службе. | 18.12 |  |
| 3.7 (16) | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. | 25.12 |  |
| 3.8 (17) | К/р «Категории годности к военной службе». | 15.01 |  |
| 3.9 (18) | Организация профессионально-психологического отбора граждан. | 22.01 |  |
| 3.10 (19) | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.. | 29.01 |  |
| 4.1 (20) | Правовые основы военной службы. | 5.02 |  |
| 4.2 (21) | Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – закон воинской жизни. | 12.02 |  |
| 4.3 (22) | Военная присяга – клятва воина на верность Родины – России. | 19.02 |  |
| 4.4 (23) | Призыв на военную службу, время и организация призыва. | 26.02 |  |
| 4.5(24) | Прохождение военной службы по призыву. | 4.03 |  |
| 4.6 (25) | Прохождение военной службы по контракту. | 11.03 |  |
| 4.7 (26) | К/р «Права и ответственность военнослужащих». | 18.03 |  |
| 4.8 (27) | Альтернативная гражданская служба. | 1.04 |  |
| 5.1 (28) | Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитник Отечества. | 8.04 |  |
| 5.2 (29) | Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. | 15.04 |  |
| 5.3 (30) | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. | 22.04 |  |
| 5.4 (31) | Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. | 29.04 |  |
| 5.5 (32) | Как стать офицером Российской армии? | 6.05 |  |
| 5.5 (33) | Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых сил Российской Федерации. | 13.05 |  |
| 5.6(34) | К/р «Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ». | 20.05 |  |

**Литература:**

1. Цифровые образовательные ресурсы:

* + - * «Первая медицинская помощь», выпуск №13;
      * «Основы военного дела», 20012 г.
      * «Сам себе МЧС», видеостудия МЧС России.

2. Интернет-ресурсы:

1.<http://window.edu.ru/> единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).

2.[http://www.obzh.info](http://www.obzh.info/) информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

3.[http://www.1september.ru](http://www.1september.ru/) веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по основам безопасности жизнедеятельности в свободном доступе, имеется также архив статей).

4.<http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности

5.<http://teachpro.ru/course2d.aspx?idc=12090&cr=2>  Обучение через Интернет

6.<http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»

7.[http://www.eidos.ru](http://www.eidos.ru/) Сайт центра дистанционного обучения «Эйдос»

8.<http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm> Для учителя ОБЖД

9.<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях)

10.<http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

11.<http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности

12.<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям

13.<http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod_mat_for_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie_1.html> Электронный учебник по безопасности жизнедеятельности (можно использовать при изучении отдельных тем в старших классах)

14. [info@russmag.ru](mailto:info@russmag.ru) Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни

15.[vps@mail.ru](mailto:vps@mail.ru) Журнал Основы безопасности жизнедеятельности. Каталог веб-ресурсов по обеспечению безопасности.

16.[www.rusolymp.ru](http://mail.yandex.ru/r?url=http%3A%2F%2Fwww.rusolymp.ru%2F&ids=1610000000563598617&fs=inbox). Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности