

ОЧУ «Школа XXI век»

Юридический адрес: 109052, Москва, улица Старообрядческая, дом17

Сайт: <http://www.xxivek.moscowschool.ru/>

E-Mail: 9181911@mail.ru

Телефон/факс: 8 495 918-17-74

Согласовано на заседании

Педагогического совета

Протокол №3006 от 30.06.2022

«Утверждено»

Директор ОЧУ Школа «XXI век»



С.И. Бушуева

Приказ № 3006 от 30.06.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10-11 классов (ФГОС СОО)

Срок освоения программы – 2 года

Классы

Уровень общего образования

Составитель

10-11

Среднее общее

Бушуева С.И.

Учитель ОБЖ

Москва

2022-2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса
 - 2.1. Планируемые личностные результаты освоения ООП
 - 2.2. Планируемые метапредметные результаты освоения ООП
 - 2.3. Планируемые предметные результаты освоения ООП
3. Содержание учебного предмета, курса
4. Тематическое планирование

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Основы Безопасности Жизнедеятельности» предназначена для учащихся 10-11 классов общеобразовательной школы.

Программа составлена в соответствии с требованиями **Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден приказом МОиН РФ от 17.05.2012 г № 413, с изменениями от 29.12.2014 №1645, 31.12.2015 № 1578, 29.06.2017 г. № 613), планируемыми результатами освоения основной образовательной программы среднего (полного) общего образования.**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является структурным компонентом основной образовательной программы среднего общего образования, которая, в свою очередь, является локальным нормативным актом образовательной организации.

Целью рабочей программы является обеспечение достижения учащимися планируемых результатов освоения основных образовательных программ среднего общего образования образовательной организации.

Данная программа составлена на основе:

- требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования;
- примерной программы среднего (полного) общего образования по «Основам безопасности жизнедеятельности»;
- федерального перечня учебников, рекомендуемых (допущенных) к использованию при реализации, имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом МОиН РФ от 28.12.2018г. №345 (в ред. Приказов от 08.05.2019 №233, от 22.11.2019 №632);
- Федерального закона от 28.03.1998 N 53-ФЗ (ред. от 13.07.2020) «О воинской обязанности и военной службе;
- Положением о рабочих программах отдельных учебных предметов и курсов ОЧУ «ШКОЛА XXI ВЕК»
- с учетом индивидуальных особенностей, потребностей и запросов обучающихся и их родителей (законных представителей) при получении среднего общего образования, включая образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов,
- планируемыми результатами освоения основной образовательной программы среднего общего образования
- и обеспечена учебно-методическим комплектом под общей редакцией А.Т. Смирнова. М.: «Просвещение», 2018 год.

Настоящая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает последовательность изучения тем и разделов предмета ОБЖ с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, необходимых для качественной организации учебного процесса.

Реализация программы позволит сформировать у обучаемых цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности; поможет в определенной степени определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной

профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и потребностей.

Задачи программы:

- усвоение и закрепление учащимися знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера, о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства; об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса; о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; при угрозе террористического акта, о мерах профилактики наркомании; о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- усвоение учащимися содержания основных положений Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму; нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;

- усвоение знаний о предназначении основных функций и задач Вооруженных Сил Российской Федерации; видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск; о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации; участии Вооруженных Сил России в контр террористических операциях; Государственные и военные символы Российской Федерации;

- формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренним угрозам, и выполнению каждым гражданином Российской Федерации Конституционного долга и обязанности по защите Отечества;

- развитие у учащихся личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта; потребности в соблюдении норм здорового образа; потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России, в области безопасности жизнедеятельности; физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

- *Воспитание* у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства;

- *Развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях в опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера;

- *Освоение* знаний о безопасном поведении человека в опасных и ЧС природного и техногенного и социального характера;

- *Формирование* умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья.

Данная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении

приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- умение самостоятельно и мотивировано организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
- навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
- навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа; ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
- ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и пути продолжения своего образования.

Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классах общеобразовательных учреждений (автор А.Т. Смирнов, изд-во «Просвещение», 2019).

В процессе обучения использовали программу общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова 10-11 классы, учебник: Смирнов А.Т., Хренников О.Б «Основы безопасности жизнедеятельности», 10-11 класс. Данная программа курса ОБЖ для обучающихся в 10-11 классах общеобразовательных учреждений разработана авторским коллективом в составе: А.Т. Смирнов, В.А. Васнев, М.В. Маслов, Б.О. Хренников.

Актуальность преподавания ОБЖ по предлагаемой программе отличается тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России.

Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частого проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального и эпидемиологического характера и отсутствия навыков разумного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. В деле защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость выработки у населения привычек здорового образа жизни. Обоснование выбора данной программы является то, что она в соответствии со структурой школьного образования обеспечивает выстраивание систематического курса, непрерывно развивающего знания учащихся в области ОБЖ.

Срок реализации программы: 2 года.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

1) информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;

2) организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Описание места учебного предмета

Реализация содержания учебных целей и задач по основам безопасности жизнедеятельности осуществляется на базовом уровне. Для изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне предусмотрено 70 ч (по одному часу в неделю в каждом классе).

В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, истории создания Вооруженных Сил, их организационной структуре, функции и основных задачах боевых традициях и символах воинской чести, об основных воинских обязанностях. В целях закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практически; навыков программой курса предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го класса, не имеющими освобождения по состоянию здоровья, на базе воинских частей, определяемых военными комиссариатами или на базе учебных учреждений в конце учебного года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (35 часов учебного времени).

В соответствии с положениями нормативно-правовых актов РФ в области подготовки граждан к военной службе Раздел 7 «Основы военной службы» изучается в обязательном порядке только с учащимися – гражданами мужского пола. (Подготовка старшеклассниц по основам военной службы может осуществляться только в добровольном порядке.) В то время, когда юноши-старшеклассники изучают Раздел 7 «Основы военной службы», со старшеклассницами в обязательном порядке проводятся занятия по углубленному изучению основ медицинских знаний.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из трех содержательных линий: безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; основы медицинских знаний и здорового образа жизни, основы военной службы. Изучение курса, позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей. Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской 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.

Преподавание курса ОБЖ в 10-11 классе проводит преподаватель-организатор курса ОБЖ.

В аттестат о среднем (основном) общем образовании обязательно выставляется итоговая отметка по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности".

Система оценки достижений учащихся

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом *стартового* оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего\ учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

Предметом *текущего* (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Уровневые итоговые контрольные работы по основам безопасности жизнедеятельности, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться», проектные и исследовательские работы. Большое внимание уделяется практическим работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях.

Предметом *промежуточного* (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися УУД.

Формы промежуточной (итоговой) *аттестации*: типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету основы безопасности жизнедеятельности, сдача нормативов.

В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

Критерии и нормы оценки результатов освоения программы

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ПРОГРАММЫ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. Планируемые личностные результаты освоения ООП

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом индивидуальных возможностей и потребностей;
- морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе в современных условиях;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности русского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;
- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности РФ и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности).

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена русского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;
- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права

и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;

- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

- сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

- воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства РФ в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;

- уяснение роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждений в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей;

- формирование убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;

- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;

- экологическая культура, бережное отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов;

умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
-
- положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей;
- осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

- уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.
- готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

2.2. Планируемые метапредметные результаты освоения ООП

-
- умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;
- умение характеризовать основные направления перехода РФ к новой государственной политике в области национальной безопасности;
- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно 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;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- Умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности РФ
- умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;
- умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;
- умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;
- умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического содержания в интересах обеспечения военной безопасности страны
- умение характеризовать роль и место Вооруженных Сил РФ в обеспечении национальной безопасности страны;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2.3. Планируемые предметные результаты освоения ООП

На уровне среднего общего образования в соответствии с ФГОС СОО, помимо традиционных двух групп результатов «Выпускник научится» и «Выпускник получит возможность научиться», существует еще две группы результатов: результаты базового и углубленного уровней.

Логика представления результатов четырех видов: «Выпускник научится – базовый уровень», «Выпускник получит возможность научиться – базовый уровень», «Выпускник научится – углубленный уровень», «Выпускник получит возможность научиться – углубленный уровень» – определяется следующей методологией.

Принципиальным отличием результатов базового уровня от результатов углубленного уровня является их целевая направленность. Результаты **базового** уровня ориентированы на общую функциональную грамотность, получение компетентностей для повседневной жизни и общего развития. Результаты **углубленного** уровня ориентированы на получение компетентностей для последующей профессиональной деятельности как в рамках данной предметной области, так и в смежных с ней областях.

Выпускник на базовом уровне научится:

Основы комплексной безопасности

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;

- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

Основы обороны государства

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

Правовые основы военной службы

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

Элементы начальной военной подготовки

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;
- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;
- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на получетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;

- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;
- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

Основы комплексной безопасности

- *Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .*

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

- *Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.*

Основы обороны государства

- *Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;*
- *приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, проследить их эволюцию.*

Элементы начальной военной подготовки

- *Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;*
- *определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;*
- *выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;*
- *выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;*
- *описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;*
- *выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;*
- *описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;*
- *выполнять нормативы надевания противоголового, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).*

Военно-профессиональная деятельность

- *Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-*

учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;

– оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Опасные и чрезвычайные ситуации, усиление глобальной конкуренции и напряженности в различных областях межгосударственного и межрегионального взаимодействия требуют формирования у обучающихся компетенции в области личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира, а также готовности к выполнению гражданского долга по защите Отечества.

Целью изучения и освоения примерной программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми ФГОС СОО.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования, осваивается на базовом уровне и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

Примерная программа определяет содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывают возможность освоения ими теоретической и практической деятельности, что является важнейшим компонентом развивающего обучения. Содержание представлено в девяти модулях.

Модуль «Основы комплексной безопасности» раскрывает вопросы, связанные с экологической безопасностью и охраной окружающей среды, безопасностью на транспорте, явными и скрытыми опасностями в современных молодежных хобби подростков.

Модуль «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» раскрывает вопросы, связанные с защитой населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Модуль «Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации» раскрывает вопросы, связанные с противодействием экстремизму, терроризму и наркотизму.

Модуль «Основы здорового образа жизни» раскрывает основы здорового образа жизни.

Модуль «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» раскрывает вопросы, связанные с оказанием первой помощи, санитарно-эпидемиологическим благополучием населения и профилактикой инфекционных заболеваний.

Модуль «Основы обороны государства» раскрывает вопросы, связанные с состоянием и тенденциями развития современного мира и России, а также факторы и источники угроз и основы обороны РФ.

Модуль «Правовые основы военной службы» включает вопросы обеспечения прав, определения и соблюдения обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

Модуль «Элементы начальной военной подготовки» раскрывает вопросы строевой, огневой, тактической подготовки.

Модуль «Военно-профессиональная деятельность» раскрывает вопросы военно-профессиональной деятельности гражданина.

При составлении рабочих программ в модулях и темах возможны дополнения с учетом местных условий и особенностей образовательной организации.

«Основы безопасности жизнедеятельности» как учебный предмет обеспечивает:

- сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;
- знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
- умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы;
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее Вооруженным Силам;
- изучение гражданами основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы;
- приобретение навыков в области гражданской обороны;
- изучение основ безопасности военной службы, основ огневой, индивидуальной тактической и строевой подготовки, сохранения здоровья в период прохождения военной службы и элементов медицинской подготовки, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и населения.

Примерная программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает получение знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умений безопасно использовать различное учебное оборудование, в т. ч. других предметных областей, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами, как «Физика», «Химия», «Биология», «География», «Информатика», «История», «Обществознание», «Право», «Экология», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей обучающихся с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рациональному использованию учебного времени в рамках выбранного профиля и индивидуальной траектории образования.

10 класс

Базовый уровень

Основы комплексной безопасности

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.
Подготовка к проведению турпохода

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома,

лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм

Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации (отработка возможных вариантов поведения, предусмотренных планом образовательного учреждения, - укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

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.

Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России - Федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности.

Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ

Терроризм, экстремизм, - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.

Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое.

Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции.

Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно - сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Основы обороны государства

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны

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

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала: «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов, чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

Средства индивидуальной защиты

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Порядок пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийноспасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Воздушно - космические силы, история создания, предназначение, рода авиации.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Руководство и управление Вооруженными Силами.

Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение. Боевые традиции Вооруженных Сил России

Патриотизм—духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)

Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках.

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды. Распределение служебного времени и повседневный порядок.

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда. Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

Организация караульной службы, обязанности часового. Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

Строевая подготовка. Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Огневая подготовка. Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

11 класс

Базовый уровень

Основы комплексной безопасности

Безопасность на дорогах. Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоёмы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в

автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка*.

Основы противодействия терроризму, экстремизму в Российской Федерации

Национальный антитеррористический комитет. Его задачи. Контртеррористическая операция. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

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, культурный, материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики. 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 — финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

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

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

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

Первая помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

Первая помощь при травмах. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая помощь при черепно-мозговой травме. Первая помощь при травмах груди, живота, в области таза при повреждении позвоночника.

Первая 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.

Основы обороны государства

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.

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 граждан при постановке на воинский учет.

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 и пребывание в запасе.

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

Правовые 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.

Общевоинские 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.

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 проходов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

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 военным служащим, 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.).

Альтернативная 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.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы.

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

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

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитник 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. 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.

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. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

Военнослужащий — 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 командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

Как стать офицером Российской армии.

Ориентация на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования.

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской 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.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план

предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». 10 класс

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	7
Р-I	<i>Основы комплексной безопасности</i>	5
Глава 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	2
Глава 2	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	2
Глава 3	Современный комплекс проблем безопасности военного характера (1 ч)	1
Р-2	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</i>	1
Глава 4	Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1
Р-3	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (1</i>	1
Глава 5	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	1
М-II	Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни	6
Р-IV	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6
Глава 10	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	2
Глава 11	Здоровый образ жизни и его составляющие	4
М- III	Обеспечение военной безопасности государства	23
Р-VI	<i>Основы обороны государства</i>	16
Глава 12	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
Глава 13	Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества.	2
Глава 14	Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации	7
Р-VII	<i>Основы военной службы</i>	7
Глава 17	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	1
Глава 18	Организация караульной службы	1
Глава 19	Строевая подготовка	1
Глава 20	Огневая подготовка	2
Глава 21	Тактическая подготовка	2
Итого		36

Учебно-тематический план
предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». 11 класс

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	4
Р-I	<i>Основы комплексной безопасности</i>	2
Глава 1	Основы комплексной безопасности	2
Р-III	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</i>	2
Глава 2	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в РФ	2
М-II	Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни	7
Р-IV	<i>Основы здорового образа жизни</i>	3
Глава 3	Нравственность и здоровье	3
Р-V	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>	4
Глава 4	Первая помощь при неотложных состояниях	4
М-III	Обеспечение военной безопасности государства	23
Р-VI	<i>Основы обороны государства</i>	9
Глава 5	Вооруженные Силы РФ - основа обороны государства	3
Глава 6	Символы воинской чести	3
Глава 7	Воинская обязанность	3
Р-VII	<i>Основы военной службы</i>	14
Глава 8	Особенности военной службы	4
Глава 9	Военнослужащий- вооруженный защитник Отечества	4
Глава 10	Ритуалы Вооружённых сил РФ	2
Глава 11	Прохождение военной службы по призыву	2
Глава 12	Прохождение военной службы по контракту	2
Итого		34

Календарно-тематическое планирование 10 класс

Календарно-тематическое планирование в соответствии с ФГОС (36 ч.)

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (7 ч)				
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (5 ч)				
1	Инструктаж по ТБ и правилам поведения в кабинете. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода	1		
2	Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1		
3	Самостоятельная работа N 1 по теме "Вынужденная и добровольная автономия", "Правила поведения в криминогенных ситуациях", "ПДД". Правила поведения в условиях ЧС природного характера	1		
4	Правила поведения в условиях ЧС техногенного характера	1		
5	Самостоятельная работа N 2 "ЧС природного и техногенного характера". Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её структура и задачи.	1		
Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера (1 ч)				
6	Законы и другие нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1		
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ (1 ч)				
7	Самостоятельная работа N 3 по теме "Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и в условиях ЧС". Военные угрозы национальной безопасности России. Международный терроризм.	1		

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч)				
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 ч)				
8	Самостоятельная работа № 4 по теме "Основы комплексной безопасности". Сохранение и укрепление здоровья- важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1		
9	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1		
10	Здоровый образ жизни и его составляющие	1		
11	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1		
12	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1		
13	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Самостоятельная работа № 5 по теме "Основы здорового образа жизни".	1		
Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (23 ч)				
Раздел 6. Основы обороны государства (16 ч)				
14	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО	1		
15	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1		
16	Оповещение и информирование об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1		
17	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1		
18	Средства индивидуальной защиты	1		
19	Организация и проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС	1		
20	Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях	1		

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
21	История создания Вооружённых сил РФ	1		
22	Организационная структура Вооружённых сил. Виды вооружённых сил, рода войск. История их создания и предназначения	1		
23	Функция и основные задачи современных Вооружённых сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны	1		
24	Другие войска, их состав и предназначение	1		
25	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1		
26	Памяти поколений – дни воинской славы России	1		
27	Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений	1		
28	Боевое знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинское отличие и заслуги в бою и военной службе.	1		
29	Ритуалы Вооружённых сил РФ	1		
Раздел 7 . Основы военной службы (7ч)				
30	Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках	1		
31	Размещение и быт военнослужащих	1		
32	Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда	1		
33	Промежуточная аттестация за II полугодие. Итоговая контрольная работа за 10 класс	1		
34	Организация караульной службы, обязанности часового	1		
35	Строевая подготовка	1		
36	Огневая подготовка	1		

**Календарно-тематическое планирование 11 класс
в соответствии с ФГОС (34 ч.)**

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (4 ч)				
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (2 ч)				
1	Инструктаж по ТБ и правилам поведения в кабинете. Пожарная безопасность, права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре.	1		
2	Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	1		
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ (2 ч)				
3	Самостоятельная работа № 1 по теме «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни». Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом. Контртеррористическая операция и условия ее проведения.	1		
4	Правила поведения при угрозе террористического акта (ситуационные задачи). Государственная политика противодействия наркотизму.	1		
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 ч)				
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)				
5	Самостоятельная работа №2 по теме «Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации». Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье.	1		
6	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе, меры профилактики ВИЧ-инфекции.	1		

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
7	Самостоятельная работа № 3 «Нравственность и здоровье». Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1		
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)				
8	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. (практическое занятие)	1		
9	Правовой аспект оказания первой медицинской помощи. Правила остановки артериального кровотечения. (практическое занятие)	1		
10	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. (практическое занятие)	1		
11	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Первая медицинская помощь при остановке сердца. (практическое занятие)	1		
Модуль 3. Обеспечение военной безопасности государства (23 ч)				
Раздел 6. Основы обороны государства (9 ч)				
12	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России. Применение Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ	1		
13	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы.	1		
14	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1		

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
	Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.			
15	Промежуточная аттестация за I полугодие. Самостоятельная работа №4 по темам «Вооруженные Силы РФ», «Символы воинской чести». Основные понятия о воинской обязанности.	1		
16	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет	1		
17	Обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1		
18	Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским специальностям Подготовка граждан по военно-учетным специальностям.	1		
19	Добровольная подготовка граждан к военной службе Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.	1		
20	Профессиональный психологический отбор и его предназначение. Увольнение с военной службы и его предназначение	1		
Раздел 7. Основы военной службы (14 ч)				
21	Самостоятельная работа № 5 по теме «Воинская обязанность». Правовые основы военной службы. Статус военнослужащего	1		
22	Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы	1		
23	Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ.	1		
24	Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ. Строевой устав Вооруженных Сил РФ.	1		
25	Самостоятельная работа №6 «Особенности военной службы». Основные виды воинской деятельности.	1		

№ урока	Тема уроков	Количество часов	Дата	
			План	Факт
	Основные особенности воинской деятельности.			
26	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам гражданина. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание воина ВС РФ	1		
27	Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных Сил РФ. Военнослужащий - специалист своего дела.	1		
28	Военнослужащий – подчиненный, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Основные обязанности военнослужащих.	1		
29	Самостоятельная работа № 7 «Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества». Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Ритуал приведения к Военной присяге.	1		
30	Порядок вручения личному составу вооружения, военной техники и стрелкового оружия. Ритуал подъема и спуска Государственного флага Российской Федерации.	1		
31	Самостоятельная работа № 8 «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации». Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы. Размещение и быт военнослужащих.	1		
32	Особенности военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1		
33	Самостоятельная работа № 9 по теме «Прохождение военной службы». Порядок подготовки и поступления граждан в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования. Порядок проведения проф.отбора кандидатов для зачисления в военно-учебные заведения курсантами.	1		
34	Контрольное занятие за курс средней школы	1		

Список учебно-методической литературы

Для ученика:

- 1) 10 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2018;
- 2) 11 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2018.

Для учителя:

- 1) Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. – М.: 2013
- 2) Аксенова М, Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. – М.: 2012
- 3) А.Т. Смирнов Б.О. Хренников, Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки 10 - 11 классы Москва «Просвещение»
- 4) В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий, М.И. Хабнер. Основы безопасности жизнедеятельности.
- 5) Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
- 6) Методика преподавания предмета. 5-11 классы. Москва «ВАКО»
- 7) Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. – М., ФОРУМ. 2012.
- 8) Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. обр. учр. и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также для преподавателей этого курса. – М.: 2014
- 9) Попова Л.П. Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс. М.: ВАКО, 2011. 240 с.
- 10) Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
- 11) 10 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2018;
- 11 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2018.

Дополнительные источники

1. О воинской обязанности и военной службе : федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. - № 13. – Ст. 1475
2. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: федер. закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 35. – Ст. 3648
3. Об альтернативной гражданской службе : федер. закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. - № 30. – Ст. 3030
4. Об обороне : федер. закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. - № 23. – Ст. 2750
5. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций : постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – N2. – Ст. 121
6. О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации : приказ Министра обороны РФ от 03.09.2011 N 1500 (зарегистрировано в Минюсте РФ

25.10.2011 N 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2011. – N 47

7. Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. М.: – 2012

8. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. –М.: 2012

9. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ: ред. 2013 г.– Ростов-на Дону, 2013

Интернет – ресурсы

1. www.mchs.gov.ru – сайт МЧС РФ.

2. www.mvd.ru – сайт МВД РФ.

3. www.mil.ru - сайт Минобороны.

4. www.fsb.ru – сайт ФСБ РФ.

5. dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.

6. www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.

7. globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.

8. <http://www.monino.ru> –Музей Военно-Воздушных Сил

9. <http://simvolika.rsl.ru>– Государственные символы России. История и реальность

10. <http://militera.lib.ru> – Военная литература

**Контрольная работа
«Сохранение здоровья»**

- 1. С высоким содержанием в пище какого компонента связано заболевание диабетом:**
А — сахара; Б - соли; В — жиров; Г — овощей.
- 2. С высоким содержанием в пище каких компонентов связаны заболевания сердца:**
А — сахара; Б — соли; В — жиров; Г — овощей.
- 3. Какие основные питательные вещества содержатся в мясе?**
А — белки; Б — жиры; В — витамины; Г — минеральные соли.
- 4. Какие вещества, содержащиеся в молоке, представляют для человека особую ценность:**
А — белки; Б — кальций; В — жиры; Г — углеводы.
- 5. Какие вещества в большей степени содержатся в овощах и фруктах:**
А — белки; Б — жиры; В — витамины; Г — углеводы.
- 6. Потребление в пищу ржаного хлеба и круп способствует:**
А — укреплению костной ткани; Б — улучшению работы пищеварительной системы; В — укреплению нервной системы; Г — улучшению обмена веществ.
- 7. Потребление в пищу мясных изделий и мяса способствует:**
А — росту мышечной ткани; Б — улучшению зрения; В — улучшению обмена веществ;
Г — укреплению костной ткани.
- 8. Источником витамина А является;**
А - мясо; Б — морковь; В - творог; Г — капуста,
- 9. Основные источники железа:**
А — мясо; В — молоко; Б — овощи и фрукты; Г — творог.
- 10. Недостаток йода в организме является причиной:**
А - заболеваний желудочно-кишечного тракта; Б — нарушения работы щитовидной железы;
В — авитаминоза; Г — мышечной дистрофии.
- 11. Основной источник кальция для человека:**
А - рис; Б — мясо; В - рыба; Г — блины.
- 12. Источником витамина С являются:**
А — плоды шиповника; Б — бобы; В — рыба; Г — морковь.
- 13. С недостатком каких веществ в организме может быть связано ухудшение зрения:**
А — белков; Б — минеральных солей; В — витаминов; Г — жиров.
- 14. Источником пополнения углеводов в организме могут быть:**
А — бобы; Б — виноград; В — творог; Г — мясо.
- 15. Из числа перечисленных ниже выберите продукт с низким содержанием жира;**
А — орехи; Б — картофель; В — яйца; Г — молоко.
- 16. На работу каких органов алкоголь оказывает наибольшее влияние:**
А — печени; Б — мышечного аппарата; В — легких.
- 17. В каких органах разлагается алкоголь:**
А—в кишечнике; Б—в головном мозге; В—в печени.
- 18. Где начинает всасываться алкоголь в кровь:**
А—в ротовой полости; Б—в желудке; В—в тонком кишечнике.
- 19. Как алкоголь влияет на работу головного мозга:**

- А — возбуждающе; Б — улучшает память; В — затормаживает.
- 20. Почему употребление алкоголя особенно опасно в подростковом возрасте:**
А — печень функционирует не в полной мере; Б — алкоголизм развивается быстрее, чем у взрослых; В — не завершилось развитие головного мозга.
- 21. По каким признакам можно узнать человека, страдающего алкоголизмом:**
А — повышенная работоспособность; Б — приподнятое настроение; В — отсутствие меры при употреблении спиртного.
- 22. Назовите факторы, связанные с риском заболевания алкоголизмом:**
А — нерегулярное питание; Б — плохая успеваемость в школе; В — доступность потребления алкоголя.
- 23. Назовите факторы, препятствующие возникновению алкоголизма:**
А — регулярные занятия спортом; Б — правильное питание; В — прогулки на свежем воздухе.
- 24. Какое психоэмоциональное состояние человека способствует злоупотреблению спиртным:**
А - одиночество; Б - целеустремленность; В - сопереживание чужим проблемам.
- 25. Какое влияние на организм оказывают наркотические вещества:**
А - стимулируют обменные процессы; Б - вызывают зависимость от их применения; В - активизируют работу мозга.
- 26. Какие заболевания сопутствуют наркомании:**
А — сахарный диабет; Б - СПИД; В — дизентерия.
- 27. Какие психологические факторы могут стать причиной употребления наркотиков:**
А — неумение противостоять мнению или действиям компании; Б — повышенная эмоциональная реакция; В — замкнутость.
- 28. Из перечисленных ниже лекарственных средств выберите наркотический препарат:**
А - аспирин; Б — кодеин; В — кокаин.
- 29. Из перечисленных ниже препаратов отметьте успокоительные:**
А — транквилизаторы; Б — антигистамины; В — антибиотики.
- 30. Каким путем можно заразиться СПИДом:**
А — при пользовании одним стаканом; Б — при переливании крови; В — при укусе насекомого.
- 31. Какие кровяные клетки поражаются при заболевании СПИДом:**
А — лейкоциты; Б — эритроциты; В — тромбоциты.
- 32. Сколько времени может пройти с момента заражения до проявления заболевания?**
А — несколько часов; Б - несколько дней; В — несколько лет.
- 34. Что такое СПИД:**
А — заболевание печени; Б — снижение иммунитета; В — заболевание нервной системы.
- 35. Какие симптомы характерны для проявления у человека иммунодефицита:**
А — увеличение лимфатических узлов; Б — появление сыпи; В — ухудшение настроения.
- 36. Какие меры способствуют предотвращению заболевания СПИДом:**
А — соблюдение правил гигиены; Б — использование одноразовых шприцев; В — рациональное питание

Контрольная работа

«Гражданская оборона – основа безопасности государства»

1. Назовите организацию, которая в государственном масштабе отвечает за предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций в мирное время: 1) ГО; 2) РСЧС; 3) МЧС (2)
2. Из перечисленных вариантов выберите пять уровней РСЧС:
 - 1). Объектовый; 2). Производственный; 3). Местный; 4). Поселковый; 5). Районный;
 - 6). Территориальный; 7). Региональный; 8). Республиканский; 9). Федеральный (1,3,6,7,9)
3. Область резкого сжатия среды, распространяющаяся во все стороны от места взрыва со сверхзвуковой скоростью, называется: 1). Световое излучение; 2). Ударная волна; 3). Электромагнитный импульс (2)
4. Ядерное оружие – это:
 - 1). Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
 - 2). Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи. (2)
5. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражения глаз человека и пожары: 1). Воздействие светового облучения; 2). Воздействие проникающей радиации; 3). Воздействие электромагнитного импульса (1)
6. Какие поражения возникают у людей при действии ионизирующего излучения:
 - 1). Лучевая болезнь; 2). Радиационные ожоги; 3). Контузии организма (1,2)
7. Какие газы относятся к нервно-паралитическим: 1). Зарин; 2). Иприт; 3). VX-газы; 4). Зоман (1,3,4)
8. Какой период в развитии инфекционного заболевания является основным фактором возникновения эпидемии и поражении большого количества людей: 1). Начальный период; 2). Период развития заболевания; 3). Инкубационный период (3)
9. Респираторы по назначению подразделяются на: 1). Противопылевые; 2). Противоаэрозольные; 3). Противогазовые; 4). Газопылезащитные (1,3,4)
10. К средствам защиты кожи относятся: 1). Общеевойсковой защитный комплект; 2). Легкий защитный костюм; 3). Защитный плащ; 4). Пневмокостюм; 5). Комбинезон. (1,2,4)
11. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас в общественном месте, необходимо:
 - 1). Выслушать указание администрации о месте нахождения укрытия и быстро направиться туда;
 - 2). Покинуть общественное место и отойти от него на безопасное расстояние; 3). Покинуть общественное место, попытаться доехать до дома и укрыться там. (1)
12. Найдите СИЗ органов дыхания: 1). ИПП-8; 2). ВМП; 3). ГП-5; 4). ПТМ-1 (2,3,4)
13. При нахождении в защитном сооружении укрываемым запрещено:
 - 1). ходить без необходимости; 2). шуметь; 3). курить, зажигать спички и керосиновые лампы; 4). включать электроосвещение; 5). расходовать без команды старшего запас воды и продуктов. (2,3,4,5)
14. По месту расположения убежища подразделяются:
 - 1). Встроенные; 2). Подземные; 3). Отдельностоящие (1,3)

15. Назовите основные помещения в убежище: 1) вход-выход; 2) тамбуры; 3).шлюзы; 4)фильтровентиляционные камеры; 5).санузел; 6).жилые; 7).медпункт; 8).кладовая (1,2,4,5,6,7,8)

16. Удаление радиоактивных веществ, обеззараживание или удаление отравляющих веществ, болезнетворных микробов и токсинов с кожного покрова людей, а также с надетых средств индивидуальной защиты, одежды и обуви – это:

1) санитарная обработка; 2). дезинфекция; 3).дезактивация (3)

17. В чем заключается полная санитарная обработка: 1). В обработке всех людей и техники, побывавших в зоне заражения; 2).в уничтожении зараженной одежды, обуви, техники;

3). В обмывании всего тела теплой водой с мылом и замене одежды на чистую. (3)

18. Назовите все виды дезинфекции:

1). Профилактическая; 2). Текущая; 3). Генеральная; 4).Заключительная (1,2,4)

19. При объявлении об эвакуации граждане обязаны взять с собой:

1). Личные вещи, документы, продукты питания, туалетные принадлежности, СИЗ;

2). Туалетные принадлежности, необходимый ремонтный инструмент;

3). Документы, продукты питания, спальные и туалетные принадлежности, СИЗ (1)

20. Что необходимо сделать в квартире перед отправлением на сборный эвакуопункт:

1). Закрыть окна и форточки, отключить все осветительные и электронагревательные приборы, закрыть краны водопроводной и газовой сетей;

2). Закрыть и забить досками окна и форточки, отключить все осветительные и электронагревательные приборы, вывернуть электролампочки, закрыть краны водопроводной и газовой сетей;

3).закрыть окна и форточки, краны водопроводной и газовой сетей, произвести влажную уборку помещений, все вещи с баллона и коридоров внести в комнату. (1)

21. Государственная структура, обеспечивающая систему мероприятий по защите и подготовке к ней населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, называется: 1). Гражданская оборона; 2). РСЧС; 3). Вооруженные силы РФ (1)

22. Из приведенных задач выберите те, которые являются задачами ГО:

1).Эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасный районы;

2). Эвакуация раненых с места военных действий в безопасные районы; 3). Тушение пожаров в жилых и общественных зданиях в мирное время; 4).Оповещение населения об опасностях военного времени; 5). Принятие мер по организации медицинского обслуживания населения;

6). Проведение аварийно-спасательных работ. (1,4,5,6)

23. В чем заключается предназначение РСЧС:

1). Оповещение населения об опасностях военного времени; 2) Прогнозирование ЧС;

3). Снижение потерь и ущерба от ЧС; 4). Предотвращение ЧС; 5). Ликвидация ЧС. (2,3,4,5)

24. Поток лучистой энергии, продолжительностью до 20с, вызывающий массовые пожары:

1). Проникающая радиация; 2). Световое излучение; 3). Поток гамма-квантов и нейтронов (2)

25. Поток гамма-квантов и нейтронов при взрыве ядерного боеприпаса, является поражающим фактором, называемым: 1). Световым излучением; 2). Ионизирующим излучением; 3). Ударной волной (2)

26. В каком году впервые было применено ядерное оружие: 1). 1939г; 2). 1944г; 3). 1945г (3)

27. Найдите психотропные ОВ: 1). ВЗ; 2). Адамсит; 3). ДЛК (2,3)

28. Какие инфекционные заболевания могут использовать в качестве биологического оружия:

1). Чума; 2). Грипп; 3). Оспа; 4). Ветряная оспа; 5). Дизентерия; 6). Сибирская язва (1,3,6)

29. Какой сигнал оповещения населения использовался при нападении противника во время 2-ой мировой войны:

1). «Внимание всем!»; 2). «Воздушная тревога»; 3). «Отбой воздушной тревоги»; 4). «Химическая тревога»; 5). «Радиационная опасность». (2,3)

30. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас на улице, необходимо:

1). Укрыться в том районе, где застал сигнал; 2). Быстро попасть домой; 3). Сообщить родственникам о тревоге (1)

31. При каких условиях противогаз носится в положении «наготове»:

1). При угрозе заражения, после информации по радио и по команде «Противогазы готовы!»;

2). По сигналу «Воздушная тревога»; 3) При условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ. (1)

32. Толщина грунтовой обсыпки перекрытия щели должна быть не менее: 1). 40см; 2).60см; 3).80см (2)

33. Прибывающие в убежище должны иметь с собой: 1). СИЗ; 2).3-х суточный запас воды и продуктов; 3).самые необходимые вещи, предметы гигиены; 4).самые ценные вещи и драгоценности; 4).деньги и документы; 5).радиоприемники (1,2,3,4,5)

34. Запрещено приносить в защитное сооружение: 1).громоздкие вещи; 2).легковоспламеняющиеся вещества; 3).приводить домашних животных. (1,2,3)

35. Частичную санитарную обработку при заражении капельно-жидкими отравляющими веществами проводят немедленно в зоне заражения. Для этого необходимо:

1) не снимая противогаза, обработать открытые участки кожи, на которое попала ОВ, а затем зараженные места одежды и лицевую часть противогаза раствором из ИПП;

2). снять противогаз, обработать его лицевую часть раствором из ИПП, затем обработать зараженные места одежды, снять ее и обработать тело;

3).снять одежду и противогаз, обработать раствором из ИПП участки кожи, на которые попало ОВ (1)

36. Назовите виды санитарной обработки:

1). Профилактическая; 2). Полная; 3). Частичная; 4).Срочная (1,2,3)

37. Удаление и обезвреживание вредных веществ, попавших на кожу, одежду и СИЗ, самостоятельно в очаге или сразу после выхода из него, используя индивидуальные специальные средства или подручные материалы:

1). Санитарная обработка; 2). Полная санитарная обработка; 3). Частичная санитарная обработка (3)

38. Основным способом эвакуации является:

1).Пеший; 2).На транспорте; 3). Комбинированный (3)

39. О чем должны позаботиться родители при эвакуации:

1). Научить детей произносить свои Ф.И.О.; 2). Захватить документы на детей; 3).пришить к одежде бирку с указанием Ф.И.О., года рождения, адреса и пункта эвакуации (3)

40. Введение гражданской обороны на территории Российской Федерации начинается:

1). С момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом страны военного положения на территории РФ;

2). С момента объявления или введения Президентом РФ чрезвычайного положения на территории РФ или в отдельных ее местностях; 3). С началом объявления о мобилизации взрослого населения.

**Контрольная работа
«Основы обороны государства»**

1. Дополните фразу: «Государственная военная организация, составляющая основу обороноспособности РФ, называется _____». (вооруженные силы)
- 2. Вооруженные силы государства:**
 - 1). Государственная вооруженная организация; 2). Добровольная вооруженная организация; 3). Государственное министерство, предназначенное для вооруженной защиты национальных интересов страны; 4). Комплектуемая на основании Конституции система, предназначенная для вооруженной защиты внутренних интересов государства.(1)
- 3. Дополните фразу: «Составная часть вида войск, имеющая только характерные для нее основные виды оружия и военную технику, называется: 1).Воинская часть;2). Воинское подразделение; 3). Род войск. (3)**
- 4. Для чего создаются ВС и устанавливается воинская обязанность граждан РФ:**
 - 1). Для осуществления военных действий; 2). Для сохранения целостности РФ;
 - 3). Для обороны с применением средств вооруженной борьбы.(3)
- 5. Назовите дату создания в Советском Союзе ракетных войск стратегического назначения: 1). 1959г; 2). 1960г. 3).1961г.(1)**
- 6. Дополните фразу: «Вид Вооруженных Сил РФ, предназначенный для ведения боевых действий преимущественно на суше, называется: 1). ВМФ; 2). ВВС; 3). СВ (3)**
- 7. Назначение ВС РФ: 1). Отражение агрессии; 2). Нанесение агрессору поражения; 3).Поддержание целостности РФ; 4). Выполнение международных обязательств. (1,2,4)**
- 8. Назовите правопреемника Вооруженных Сил СССР после его распада: 1). Российские вооруженные силы; 2). Вооруженные силы Российской Федерации; 3). Вооруженные силы России. (2)**
- 9. Дополните фразу: «Вид Вооруженных сил, предназначенный для нанесения ударов по различным группировкам противника средствами авиации, а также для ведения воздушной разведки и воздушных перевозок, называется: 1). ВМФ; 2). ВВС; 3). СВ (2)**
- 10. Дополните фразу: «Наличие опасности _____ на территории государств делает _____ наличие Вооруженных Сил, способных защитить и сохранить целостность и суверенитет этого государства» (нападения, необходимым)**
- 11. Назовите сословие, которое в 16 веке составляло основу вооруженных сил Московского государства: 1). Крестьяне; 2). Мастеровые; 3). Дворяне (3)**
- 12. Одной из целей военной реформы Ивана Грозного было:**
 - 1). Ликвидация постоянной сторожевой службы; 2). Создание постоянного стрелцкого войска; 3). Создание регулярного флота; 4). Объединение артиллерии и стрелцкого войска. (2)
- 13. Назовите, при каком московском царе была создана первая регулярная армия: (Петр 1)**
- 14. Дополните фразу: «При Петре 1 была введена новая система комплектования войск: 1).Контрактная система из иностранцев; 2).Рекрутский повинности; 3).Воинская повинность. (2)**
 Назовите сословие русского общества при Петре 1, из которого преимущественно формировался состав армии: солдатский - _____; офицерский - _____. (крестьяне, дворяне)
- 15. Назовите дату «рождения» Красной Армии:**
 - 1).1917г.; 2). 1920г.; 3). 1924г. (1)
- 16. Назовите дату принятия закона «Об обязательной воинской обязанности»:**
 - 1). 1924г.; 2). 1925г.; 3). 1939г. (2)

- 17. Назовите дату принятия закона «О всеобщей воинской обязанности»:**
1).1925г.; 2). 1930; 3). 1939г. (3)
- 18. Дополните фразу: «Часть Вооруженных Сил государства, предназначенная для ведения военных действий в определенной сфере (на суше, море, в воздушном и космическом пространстве), называется:** 1). Род войск; 2). Вид ВС; 3). Воинская часть.
(2)
- 19. Назовите самый многочисленный вид войск РФ:** 1). ВМФ; 2). СВ; 3). ВВС (СВ)
- 20. Дополните фразу: «Вид Вооруженных Сил, предназначенный для ведения боевых действий на океанских или морских территориях или нанесения поражающих ударов со стороны моря (океана), называется:** 1). ВМФ; 2). СВ; 3). ВВС (1)
- 21. Назовите должностное лицо, которое имеет право объявлять в стране военное положение:** 1). Министр обороны РФ; 2) Председатель Правительства РФ; 3). Президент РФ (3)
- 22. Назовите должностное лицо, которое управляет Вооруженными Силами РФ:**
1). Министр обороны РФ; 2) Председатель Правительства РФ; 3). Президент РФ (1)
- 23. Непосредственное руководство ВС РФ осуществляет:**
1). Верховный Главнокомандующий; 2). Министр обороны; 3). Секретарь Совета безопасности; 4). Начальнику Генерального штаба.(2)
- 24. Назовите структуры, через которые реализуется управление деятельностью ВС РФ:** (Министерство обороны, Генеральный штаб ВС)
- 25. Назовите пять разновидностей других войск, входящих в состав ВС РФ:** (пограничные войска, железнодорожные войска, внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, войска гражданской обороны)
- 26. Дополните фразу: «Воинские формирования, специально предназначенные для ликвидации последствий ЧС мирного или военного времени, являются:** 1).МЧС; 2).Внутренние войска; 3). ГО (3)
- 27. Из перечисленных структур:** 1) Военно-транспортная авиация; 2).Радиолокационные войска ПВО; 3). Зенитно-ракетные войска ПВО; 4). Истребительская авиация
- 28. в состав ВВС РФ входят только:**
1).1,4; 2). 1,2,3,4; 3). 1,3,4; 4). 1,2,4 (2)
- 29. Из перечисленных родов сил:** 1) Подводные силы; 2). Морская авиации; 3). Морская пехота; 4). Береговые ракетно-артиллерийские войска
- 30. в ВМФ входят:**
1). 1,2,3; 2). 1,2,3,4; 3). 1,2; 4).1,3. (2)

Приложение 4

Контрольная работа

««Основы медицинских знаний»»

- 1. Дополните фразу: «Рана, возникающая от удара тупым предметом и наблюдается раздавливание тканей, это:** 1).рваная; 2).рубленая; 3). Ушибленная или размозженная 3)
- 2. Дополните фразу: «Нарушение анатомической целостности или физиологической функции органов и тканей, возникающие в результате внешнего воздействия, сопровождающиеся кровотечением и болью, это:** 1). Травма; 2). Рана; 3).гематома 2)
- 3. Дополните фразу: «Мероприятия, направленные на уничтожение микробов уже находящихся в ране, представляют способы и методы:** 1).Асептика; 2). Антисептика; 3). Дезинфекция. 2)
- 4. Дополните фразу: «Открытое повреждение кожного покрова, слизистых и глубже лежащих тканей, сопровождающееся болью и кровотечением, это:** 1). Травма; 2). Рана; 3).ушиб 2)

5. Дополните фразу: «Комплекс мероприятий, направленных на уничтожение микробов до их попадания в рану, это: 1).Асептика; 2). Антисептика; 3). Дезинфекция 1)

6. Дополните фразу: «Рана, в которой отмечается отслойка или отрыв тканей, это: 1).рваная; 2).скальпированная рана; 3). Огнестрельная. 1); 2)

7. Определите последовательность действий при ранениях:

- 1). Обработать края раны;
- 2). Принять противошоковые меры;
- 3). Приподнять раненную часть тела, прижать стерильной салфеткой;
- 4). Остановить кровотечение, наложив жгут или давящую повязку;
- 5). Обнажить рану;
- 6). Доставить в больницу 5), 3), 1), 4), 2).

8. Антисептика, осуществляемая за счет воздействия света, ультрафиолетового излучения, высушивания, является:

- 1). Химической;
- 2). Механической;
- 3). Физической;
- 4). Биологической 3)

9. Установите соответствие между видом кровотечения и его признаками (ответ представьте цифрой с буквой):

1. Капиллярное;
2. Артериальное;
3. Паренхиматозное;
4. Венозное.

А). Поражает печень, селезенку;

Б).кровь ярко-алая;

В).кровь течет непрерывной медленной струей;

Г).кровь темно-вишневая;

Д).кровь бьет фонтаном;

Е).очень опасное кровотечение, так как за небольшой промежуток времени происходит большая потеря крови. 1. - ; 2 б), д),е; 3.а; 4. г),в).

10. Определите ваши действия и поставьте их в порядке очередности при ранениях с сильным кровотечением:

- 1) Прижать рану стерильной салфеткой;
- 2). Приподнять раненную часть тела;
- 3). Наложить жгут выше раны;
- 4). Обработать края раны;
- 5). Наложить стерильную повязку;
- 6) Наложить закрутку ниже раны;
- 7). Обнажить рану;
- 8) Принять противошоковые меры
- 9). Вызвать скорую помощь. 9), 7), 1), 2), 3), 4), 5), 8).

11. Метод антисептики, с применением промывания поверхностных ран, очистки поверхности вокруг раны от грязи, называется:

- 1). Химической антисептикой;
- 2). Механической;
- 3). Физической;
- 4). Биологической 2)

12. Помощь при внутренних кровотечениях заключается в:

- 1) - понижении кровяного давления путём кровопусканий

- 2) - вынос на свежий воздух
 3) - холод на предполагаемое место кровотечения
 4) - холод на предполагаемое место кровотечения и на голову 3)
- 13. Что нужно указать в записке, прикреплённой к жгуту:**
 1). Фамилию, оказывающего помощь; 2). Время наложения жгута; 3). Место, где наложен жгут. 2)
- 14. Какое действие выполняется в последнюю очередь при наложении жгута-закрутки:**
 1). Подложить под жгут что-нибудь мягкое; 2). Закрепить жгут; 3). Положить под жгут записку со временем наложения жгута 3)
- 15. Дополните фразу: «Наиболее мелкие сосуды, соединяющие артериолы и венулы, называются:**
 1). Артериями; 2). Венами; 3). Капиллярами.3)
- 16. Как правильно снять одежду с пострадавшего при повреждении руки или ноги:**
 1). Сначала с поврежденной конечности, потом со здоровой; 2). Сначала со здоровой конечности; 3). Не имеет значения.
- 17. Как правильно надеть на пострадавшего куртку при ранении руки:** 1). Сначала на больную руку, затем здоровую; 2). Надевают на обе руки одновременно; 3). Сначала на здоровую руку, затем на больную.
- 18. Как транспортировать пострадавшего с проникающим ранением грудной клетки:**
 1). Лежа на раненом боку или полусидя; 2). Лежа на здоровом боку или полусидя; 3). Лежа на спине или животе.
- 19. Порядок оказания первой помощи при ранениях:** 1). Остановка кровотечения, обеззараживание, наложение стерильной повязки, обездвижение; 2). Удаление инородных тел, наложение повязки и отправка в медпункт
- 20. Дополните фразу: « Кровь, обогащенная молекулярным кислородом, практически не содержащая углекислого газа, называется:** 1) артериальной; 2). Венозной; 3). Капиллярной.
- 21. Дополните фразу: « Артериальная кровь имеет _____ цвет, а венозная _____».**
 1). Ярко-алый; 2). Красный; 3). Темно-вишневый; 4). Темно-красный.
- 22. Укажите какой вид кровотечения наиболее опасен для пострадавшего:**
 1). Паренхиматозное, б). Артериальное; в). Венозное; г) Капиллярное.
- 23. У пострадавшего сильное артериальное кровотечение в предплечье. В какой точке вы прижмете артерию к кости, для того чтобы спасти пострадавшего:**
 1). Сонную; 2). Плечевую; 3). Височную.
- 24. При временной остановке артериального кровотечения максимальным сгибанием конечности, где необходимо согнуть конечность и подложить валик, если кровотечение в голени:** 1). в локтевом сгибе; 2). в бедренном; 3). в подколенном.
- 25. Рана, которая имеет неправильную форму, наблюдается отслойка и отрыв тканей, это:**
 1). Колотая рана; 2). Ушибленная рана; 3). Рваная рана.
- 26. Огнестрельное ранение, при котором пуля застревает в мягких тканях, это:** 1). Слепое ранение; 2). Сквозное; 3). Касательное.
- 27. Закончите фразу: « Огнестрельные раны, имеющие входное и выходное отверстия, называются:** 1). Слепое ранение; 2). Сквозное; 3). Касательное.
- 28. Сосуды, несущие кровь от органов тела к сердцу, называются:**
 1). Капилляры; 2). Вены; 3). артерии
- 29. Сосуды, несущие кровь от сердца к органам тела, называются:**
 1). Капилляры; 2). Вены; 3). Артерии

30. Внутреннее кровотечения, при котором кровь изливается в ткани, органы или полости тела, называется: 1). Артериальным; 2). Смешанным; 3). Паренхиматозным 2),3)

31. Раны, имеющие узкую зону повреждения, ровные края; стенки раны сохраняют жизнеспособность и сильно кровоточат: 1). Колотые; 2). Укушенные; 3). Резаные

32. Проникающие раны с небольшой и узкой зоной повреждения кожи, но значительной глубины и с большой опасностью заноса инфекции: 1).рубленные; 2). Размозженные; 3). Рваные

33. Раны сложной формы, пропитанные кровью с неровными краями и значительным некрозом тканей: 1). Ушибленные и размозженные; 2). Рубленные; 3). Рваные.

34. Раны, возникающие при грубом механическом воздействии, сопровождающиеся отслоением кожи, повреждением сухожилий и мышц, часто инфицированные слюной: 1). Колотые; 2). Резаные; 3). Рваные или укушенные

35. В теплую погоду жгут на конечности можно держать не более: 1).30мин; 2). 1 – 1,5 часа; 3). 2 часа

36. В прохладную погоду жгут накладывают не более, чем на: 1).30мин; 2). 1 – 1,5 часа; 3). 2 часа

37. Какие кровотечения останавливают жгутом: 1). Паренхиматозное; 2). Капиллярное; 3). Артериальное

38. Какое кровотечение останавливают закруткой: 1). Артериальное; 2). Внутреннее; 3), венозное

39. Установите очередность действий по наложении жгута:

1). Жгут захватывают правой рукой у края цепочки, левой – на 30-40см ближе к середине;

2).последующие туры жгута накладывают по спирали, натр стягивая, и фиксируют крючок в цепочке;

3).к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения;

4). Жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром;

5). Выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани (платок, бинт);

Приложение 5

Практические работы.

Тема: *Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.*

Цель: Изучить основы гигиенического нормирования питания для разных групп населения.

Задачи:

1. Освоить методы проведения оценки рационов питания.
2. Разработать рекомендации по коррекции рациона питания с учетом физиологических потребностей.

Оборудование: учебный фильм, презентации, таблицы.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма

Литература: Учебник ОБЖ,

Тема: *Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.*

Цель: Рассмотреть принципы организации дорожного движения, обязанности пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей.

Задачи:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Перечислить основные причины транспортных аварий.
3. Перечислите особенности современного транспорта.

Оборудование: Ситуационные задачи, учебник ОБЖ, учебный фильм.

Задание:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Привести примеры из повседневной жизни поведения участников дорожного движения на дорогах.
3. Дать оценку уровню культуры в области обеспечения безопасности дорожного движения.
4. Просмотр видео - фильма

Литература: Учебник ОБЖ

Тема: *Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.*

Цель: Ознакомить учащихся с экстремальными факторами выживания.

Задачи:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Перечислить основные причины возникновения вынужденной природной автономии.
3. Изучить основные правила поведения в условиях вынужденной автономии.

Оборудование: Ситуационные задачи, учебник ОБЖ.

Задание:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Изучить материал учебника ОБЖ. Ответить на контрольные вопросы письменно.

Литература: Учебник ОБЖ

Тема: *Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.*

Цель: Изучить основные правила поведения в ЧС на транспорте.

Задачи:

1. Решить ситуационные задачи.

2. Перечислить основные причины возникновения аварийных ситуаций на транспорте.
Оборудование: Ситуационные задачи, учебник ОБЖ.

Задание:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Изучить материал учебника ОБЖ. Ответить на контрольные вопросы письменно.

Литература: Учебник ОБЖ

Тема: *Изучение первичных средств пожаротушения.*

Цель: Рассказать учащимся о первичных средствах пожаротушения, привить элементарные навыки борьбы с огнем.

Задачи:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Перечислить основные причины разрушения здания.
3. Назвать правила безопасного поведения при разрушении здания.
4. Научить учащихся пользоваться с огнетушителем.

Оборудование: Ситуационные задачи, учебник ОБЖ, учебный фильм.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма

Литература: Учебник ОБЖ

Тема: *Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.*

Цель: Закрепление теоретических знаний о СИЗ кожи, СИЗОД, о медицинских средствах защиты и приобретение практических умений изготавливать и использовать индивидуальные средства защиты.

Задачи:

1. Закрепить знания о СИЗ, СИЗОД, о медицинских средствах защиты.
2. Научиться изготавливать ватно-марлевую повязку.
3. Научиться использовать СИЗОД (противогаз, ВМП).
4. Научиться одевать ОЗК.

Время выполнения 2ч.

Оборудование: Учебник ОБЖ, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы, вата, марля, ОЗК, ножницы, тетрадь для практических работ.

Задание:

1. Записать в тетрадь СИЗ, СИЗОД, мед. средства защиты
2. Изготовить ВМП

Для изготовления ВМП необходимо взять кусок марли размером 100 на 50см. на него кладем слой ваты толщиной 1-2см, края марли загибаем с обеих сторон и накладываем на вату, концы по длине разрезаем на 30-40см с каждой стороны. Повязка закрывает подбородок, рот, нос.

3. Надеть противогаз, ОЗК
4. Надеть ВМП.

Контрольные вопросы:

1. СИЗ это?
2. СИЗОД это?
3. Перечислите СИЗОД.
4. Перечислите СИЗ кожи.
5. Перечислите медицинские средства защиты?
6. Назовите порядок изготовления ВМП.

Литература: учебник ОБЖ

Тема: Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Цель: Приобретение практических умений по строевой подготовке.

Задачи:

1. Закрепить знания по строевой подготовке.
2. Научиться правильно выполнять строевые приемы.

Оборудование: стенд «Строевая подготовка», учебный фильм по строевой подготовке, учебный плац.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма
2. Отработка строевых приемов.

Литература: 1. Учебник ОБЖ, «Строевой Устав ВС РФ»

Тема: Способы владения бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.

Цель: Изучить причины конфликтов, их возникновение и способов их разрешения

Задачи:

1. Сформировать понятие «конфликт».
2. Научить студентов способам владения бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.

Оборудование: Учебный фильм.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма
2. Отработка различных способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Литература: Учебник ОБЖ

Тема: Изучение и освоение методика проведения огневой подготовки.

Цель: Приобретение практических умений по огневой подготовке.

Задачи:

1. Закрепить знания по огневой подготовке.
2. Научиться правильно выполнять стрельбу из ПВ.

Оборудование: стенд «Огневая подготовка», учебный фильм по огневой подготовке, учебный тир.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма
2. Отработка различных приемов стрельбы из ПВ.
3. Разборка, сборка АКМ

Литература: учебник ОБЖ

Тема: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Цель: Научит основным приемам оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.

Задачи:

1. Закрепить знания о первой медицинской помощи при кровотечениях.
2. Формировать у обучающихся умения и навыки оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.
3. Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.

Оборудование: учебный фильм по оказанию ПМП.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма
2. Отработка различных способов наложения повязки.

Литература: учебник ОБЖ, Фефилова, Л. К. Оказание экстренной медицинской помощи в ЧС [Текст] Учебно-методическое пособие / Л.К. Фефилова, Н. Ф.Королева. Кемерово, 2008.

Тема: *Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.*

Цель: Научить основным способам искусственного дыхания.,

Задачи:

1. Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при клинической смерти.
2. Практически опробовать эту операцию на муляже.

Оборудование: учебный фильм, презентации.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма
2. Отработка способов искусственного дыхания на муляже.

Литература: учебник ОБЖ, Фефилова, Л. К. Оказание экстренной медицинской помощи в ЧС [Текст] Учебно-методическое пособие / Л.К. Фефилова, Н. Ф.Королева. Кемерово, 2008.

Тема: *Изучение и освоение приемов оказания первой помощи при травмах и ранениях.*

Цель: Научить основным приемам оказания первой помощи при травмах и ранениях. _

Задачи:

1. Закрепление знаний о первой медицинской помощи при кровотечениях.
2. Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.
3. Научиться накладывать шины.

Оборудование: учебный фильм, презентации.

Задание:

1. Просмотр видео - фильма

Литература: учебник ОБЖ, Фефилова, Л. К. Оказание экстренной медицинской помощи в ЧС [Текст] Учебно-методическое пособие / Л.К. Фефилова, Н. Ф.Королева. Кемерово, 2008.

11.

Итоговый тест

Вопрос № 1

Дополни предложение. Выживание человека - это...

1. активное существование в среде себе подобных;
2. способ существования белковых тел;
3. активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;
4. активная деятельность, направленная на улучшение качества жизни и здоровья человека в повседневных условиях.

Вопрос № 2

Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?

1. не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей;
2. перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;

3. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
4. Сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие. 3. При каких условиях принимается решение остаться на месте аварии?
5. местонахождение ближайшего населённого пункта примерно известно, расстояние до него не далеко.
6. место происшествия не определено, местность неизвестная и малопроезжая.
7. сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
8. Большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм;
9. нет связи только в течении трёх суток.

Вопрос № 3

При каких условиях принимается решение об уходе с места аварии?

1. когда точно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него не велико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;
2. когда примерно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него точно не определено и состояние здоровья большинства людей позволяет преодолеть небольшое расстояние;
3. когда возникла непосредственная угроза жизни (лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение);
4. Когда люди не обнаружены спасателями на данном месте из-за густой растительности; в течении трёх суток нет связи;
5. когда авария произошла на малознакомой и труднопроходимой местности.

Вопрос № 4

Какие известны основные способы ориентирования на местности?

1. по памяти;
2. по растениям;
3. по небесным светилам;
4. по компасу;
5. по местным признакам.

Вопрос № 5

Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?

1. наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;
2. температуру воздуха и насекомых;
3. наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;
4. количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

Вопрос № 6

Какие известны основные виды костров?

1. опознавательные;
2. сигнальные;
3. пламенные и простейшие очаги;
4. жаровые.

Вопрос № 7

Для чего предназначается опознавательный костёр?

1. такого не существует;
2. для опознавания людей;
3. для подачи сигналов;

4. для обозначения границ лагеря.

Вопрос № 8

Для чего предназначается сигнальный костёр?

1. такого не существует;
2. для обеспечения своего местонахождения;
3. для опознавания людей;
4. для подачи сигналов внутри лагеря.

Вопрос № 9

Для чего предназначается пламенный костёр?

1. такого не существует;
2. для приготовления пищи;
3. для просушки вещей;
4. для освещения поляны лагеря;
5. для подачи сигналов.

Вопрос № 10

Для чего предназначается простейший очаг?

1. для приготовления большого количество пищи;
2. для приготовления пищи;
3. для просушки вещей;
4. для согревания людей, если они ночуют около костра.

Вопрос № 11

Для чего предназначается жаровой костёр?

1. для оповещения и обогрева лагеря;
2. для приготовления большого количества пищи;
3. для просушки вещей;
4. для согревания людей, если они ночуют у костра.

Вопрос № 12

Что может послужить основными источниками пищи в условиях автономного выживания?

1. насекомые и их личинки;
2. дикорастущие съедобные растения, водоросли, грибы;
3. пища животного происхождения;
4. крупные волосатые гусеницы и черви.

Вопрос № 13

Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

1. гомеопатические;
2. физические;
3. химические и биологические;
4. социальные и психические.

Вопрос № 14

Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?

1. сапрофиты;
2. спорифиты;
3. условно патогенные;
4. болезнетворные (патогенные);
5. безусловно патогенные.

Вопрос № 15

Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

1. снижение температуры тела;
2. подъём температуры тела;

3. озноб, разбитость во всём теле;
4. головная боль.

Вопрос № 16

Какими путями обычно передаются инфекции?

1. фекально-оральным;
2. фекально-капельным;
3. воздушно-капельным и жидкостным;
4. контактным или контактно-бытовым путём, а также переносчиками зоонозных инфекций.

Вопрос № 17

Дополните предложение. Иммуниет с биологической точки зрения-это...

1. основа хорошего здоровья каждого человека;
2. способ защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
3. способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
4. способы защиты организма от живых существ и вредных веществ.

Вопрос № 18

Дополните предложение. Здоровый образ жизни-это...

1. способ существования разумных существ;
2. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
3. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

Вопрос № 19

Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

1. сердечно-дыхательная выносливость;
2. сердечная сила и дыхательная выносливость;
3. мышечная сила и выносливость;
4. скоростные качества и гибкость.

Вопрос № 20

Каковы основные признаки отравления человека никотином?

1. покраснение лица, повышение температуры тела;
2. кашель, тошнота;
3. головокружение;
4. горечь во рту.

Вопрос № 21

На какие железы внутренней секреции алкоголь оказывает наиболее сильное отрицательное воздействие?

1. на щитовидную;
2. на слюнные и лимфатические;
3. на поджелудочную;
4. на половую.

Вопрос № 22

На сколько короче продолжительность жизни алкоголика по сравнению с непьющим человеком?

1. на 5 лет
2. на 10 лет
3. на 2 года
4. на 15 лет

Вопрос № 23

Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

1. положить на живот горячую грелку;
2. уложить набок и очистить дыхательные пути, а также промыть желудок;
3. положить на голову холодный компресс и вызвать «скорую помощь»;
4. дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;

Вопрос № 24

В чём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?

1. уложить пострадавшего на спину;
2. очистить дыхательные пути пострадавшего;
3. уложить пострадавшего на бок или живот;
4. дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную в нашатырном спирте и вызвать «скорую помощь»;

Вопрос № 25

Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при отравлении лекарственными препаратами?

1. дать обезболивающее средство;
2. вызвать «скорую помощь»;
3. промыть пострадавшему желудок;
4. дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.

Вопрос № 26

Как следует себя вести, если есть с собой крупная сумма денег?

1. деньги окружающим надо показывать только при необходимости;
2. не считать деньги на виду у всех;
3. избегать мест большого скопления народа;
4. держаться подальше от рынков и любой толпы;
5. лучше держать деньги в наружных карманах, оттуда их легче достать при совершении покупки.

Вопрос № 27

Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?

1. двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места;
2. стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест;
3. на улицах держаться подальше от стен домов и подворотен;
4. держаться поближе к стенам домов.

Вопрос № 28

Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?

1. согласиться и сесть в машину;
2. посоветоваться с друзьями;
3. согласиться, если водитель внушает доверие;
4. не принимать предложение.

Вопрос № 29

Как следует вести себя, если показалось, что кто-то преследует?

1. остановиться и выяснить, что надо преследователю;
2. следует менять темп ходьбы;
3. перейти несколько раз на противоположную сторону улицы;
4. бежать к освещённому месту или к людям, которые могут помочь.

Вопрос № 30

Где лучше занять место, зайдя в кафе или ресторан?

1. подальше от выхода, спиной к стене;
2. поближе к выходу, спиной к стене;
3. рядом со стойкой;
4. подальше от стойки;
5. в слабо освещённом углу, чтобы не заметили.

Вопрос № 31

Как поступить, если необходимо поменять валюту?

1. менять валюту в любом месте по наиболее выгодному курсу;
2. менять валюту только в специально предназначенных для этого местах;
3. действовать по обстоятельствам; посоветоваться с прохожими;

Вопрос № 32

Как следует поступить, если предлагают принять участие в азартных играх?

1. согласиться, чтобы увеличить свой капитал;
2. посоветоваться с друзьями;
3. подумать и, если предлагающие вызывают доверие, рискнуть;
4. не следует принимать приглашение.

Вопрос № 33

Как необходимо действовать, если подошёл к остановке пустой автобус (троллейбус, трамвай)?

1. не следует садиться;
2. следует сесть на заднее сидение;
3. следует сесть, где понравится;
4. следует сесть поближе к водителю.

Вопрос № 34

Где следует находиться в автобусе, если в нем нет свободных сидячих мест?

1. рядом с подножкой;
2. в проходе у выхода;
3. в центральном проходе;
4. там, где есть место;

Вопрос № 35

Как необходимо обходить стоящий трамвай?

1. как удобно пешеходу;
2. сзади, как и автобус;
3. спереди;
4. как большинство других пешеходов;
5. сзади и спереди.

Вопрос № 36

Как следует поступить, если посторонние люди предлагают выпить алкогольные напитки, пиво, лимонад?

1. поблагодарить и выпить,
2. поблагодарить и отказаться;
3. посоветоваться с родственниками;
4. выпить, если предлагающие внушают доверие.

Вопрос № 37

Как необходимо поступить человеку, если в подъезд вместе с ним заходит незнакомец?

1. не следует обращать на постороннего внимания;
2. пропустить незнакомца вперёд;
3. под любым предлогом задержаться у подъезда;
4. войдя в подъезд побежать наверх.

Вопрос № 38

Что необходимо предпринять человеку, если он всё-таки вошёл в лифт с незнакомцем, вызывающим подозрение?

1. не следует ничего предпринимать, вести себя как обычно;
2. заговорить с незнакомцем;
3. нажать кнопки «диспетчер» и «стоп», завязать разговор с диспетчером и ехать на свой этаж;
4. постоянно наблюдать за действиями незнакомца.

Вопрос № 39

Дополните предложение. Боевые традиции-это...

1. система межличностных отношений в воинских коллективах;
2. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
3. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение -правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
4. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

Вопрос № 40

Что характерно для любого воинского коллектива?

1. автономия, означающая определённую самостоятельность и проявляющаяся в +выполнении функций, свойственных только этому коллективу;
2. способность сохранять структуру и функции;
3. минимальная численность и состав, позволяющие выполнять возложенные на коллектив функции;
4. оптимальная численность и состав, позволяющие полностью выполнять возложенные на -коллектив функции с минимальными затратами труда и средств;
5. способность быстро изменять организационную структуру.

Вопрос № 41

Дополни предложение. Ордена-это...

1. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
2. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
3. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
4. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

Вопрос № 42

Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?

1. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
2. орден «За заслуги перед Отечеством»;
3. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
4. орден и медаль « За заслуги перед отечеством».

Вопрос № 43

На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

1. парадной деятельности;
2. боевой деятельности;
3. учебно-боевой деятельности;
4. повседневной деятельности;
5. гарнизонной и караульной служб;
6. боевой учёбы.

Информационное обеспечение обучения

Основные источники

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. – М.: 2013
2. Аксенова М, Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. – М.: 2012
3. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. обр. учр. и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также для преподавателей этого курса. – М.: 2014
4. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
5. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
6. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. – М., ФОРУМ. 2012.

Дополнительные источники

10. О воинской обязанности и военной службе : федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. - № 13. – Ст. 1475
11. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: федер. закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 35. – Ст. 3648
12. Об альтернативной гражданской службе : федер. закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. - № 30. – Ст. 3030
13. Об обороне : федер. закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. - № 23. – Ст. 2750
14. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций : постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – N2. – Ст. 121
15. О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации : приказ Министра обороны РФ от 03.09.2011 N 1500 (зарегистрировано в Минюсте РФ 25.10.2011 N 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2011. – N 47
16. Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. М.: – 2012
17. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. –М.: 2012
18. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ: ред. 2013 г.– Ростов-на Дону, 2013

Интернет – ресурсы

12. www.mchs.gov.ru – сайт МЧС РФ.
13. www.mvd.ru – сайт МВД РФ.
14. www.mil.ru - сайт Минобороны.
15. www.fsb.ru – сайт ФСБ РФ.
16. dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.
17. www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.
18. globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.
19. <http://www.monino.ru> –Музей Военно-Воздушных Сил
20. <http://simvolika.rsl.ru>– Государственные символы России. История и реальность
21. <http://militera.lib.ru> – Военная литература