# РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

**г. ИРКУТСК**

**АДМИНИСТРАЦИЯ**

**КОМИТЕТ ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ И КУЛЬТУРЕ**

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**г. Иркутска СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №66**

*664019. г. Иркутск, ул. Ленская, 2а, т. 34 – 93 – 65, факс 34 – 66- 33*

*schооl 66 – admin@mail.ru*

**Предметная область «Основы безопасности жизнедеятельности»**

I. Рабочие программы учебных предметов, входящих в обязательную часть учебного плана:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п. | Название рабочей программы | Страница |
|  | *Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»* *для 10-11 классов* | *2* |

# Иркутск, 2023РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

**г. ИРКУТСК**

**АДМИНИСТРАЦИЯ**

**КОМИТЕТ ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ И КУЛЬТУРЕ**

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**г. Иркутска СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №66**

*664019. г. Иркутск, ул. Ленская, 2а, т. 34 – 93 – 65, факс 34 – 66- 33*

*schооl 66 – admin@mail.ru*

|  |  |
| --- | --- |
| Приложение к основной образовательной программе основного общего образования (ФГОС) МБОУ г. Иркутска СОШ № 66 | **УТВЕРЖДЕНО**приказом №112 от «29» августа 2023 года Директор МБОУ г. Иркутска СОШ № 66В.Ф.Федоров \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ

«Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов

Срок реализации программы 2 года

Составитель программы: Деркач Т.А., учитель основ безопасности жизнедеятельности
МБОУ г. Иркутска СОШ № 66

Иркутск, 2023 г

**Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе требований к планируемым результатам основной образовательной программы основного общего образования МБОУ г. Иркутска СОШ № 66, реализующей ФГОС.

Рабочая программа включает в себя содержание, тематическое планирование, планируемые результаты обучения. Как *приложение 1* к программе включены оценочные материалы, *приложение 2* – методические материалы.

 Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 10 класс | 11 класс | Всего |
| Количество учебных недель | 34 | 34 | 68 |
| Количество часов в неделю | 1 | 1 |  |
| Количество часов в год | 34 | 34 | 68 |

Уровень подготовки учащихся: базовый

 Место предмета в учебном плане: обязательная часть

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и обеспечена УМК: учебниками Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы, «Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Авторы: Ким С.В, Горский В.А, 2021 г.;

 Настоящая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 10-11 классов создана на основе нормативных документов, обеспечивающих реализацию программы ФГОС:
- Закон 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012; - Федеральный государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден МОиН РФ приказом № 1897 от 17 декабря 2010 года;

**Цель:**формирование у учащихся знаний касающихся охраны, обороны и здоровья.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих **задач:**

 освоить знания о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

 воспитать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;

 развить черты личности, необходимые для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

 овладеть умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

       Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА**

**10 класс (34 часа + 40 часов)**

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

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

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

Практические занятия. 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.

Практические занятия. 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.

1.3. 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.

1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуации природного и техногенного характера

Практические занятия. 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 и одного из возможных вариантов, 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. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуации.

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

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирую­щие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Рос­сийской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безо­пасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обо­роне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособ­ности страны

2.1. 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.

2.2. 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.

2.3. 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.

2.4. 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).

2.5. Средства индивидуальной защиты

Основные средства защиты органов дыхания и правила их исполь­зования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

Практические занятия. Отработать порядок получения и поль­зования средствами индивидуальной защиты.

2.6. 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 аварийно-спасательных работ, организация са­нитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

2.7. Организация гражданской обороны в общеобразователь­ном учреждении

Организация гражданской обороны в общеобразовательном уч­реждении, ее предназначение. План гражданской обороны образова­тельного учреждения. Обязанности обучаемых.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекцион­ных заболеваний

3.1. 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.

3.2. 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.

4. Основы здорового образа жизни

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни — 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.

4.2. 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.

4.3. 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 закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использо­вания факторов окружающей природной среды для закаливания. Не­обходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

4.4. 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.

Раздел III. Основы военной службы

5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества

5.1. 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.

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

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооружен­ных Сил и рода войск.

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

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, ре­шаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десант­ные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение вы­сокого уровня боеготовности.

5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руко­водство и управление Вооруженными Силами.

5.4. Другие войска, их состав и предназначение

Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внут­ренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооруженных Сил России

6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества за­щитника Отечества

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

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

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

6.2. Памяти поколений — дни воинской славы России

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

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отли­чившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

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

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

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

7. Символы воинской чести

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

Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличаю­щий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

 Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

7.2. 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.

7.3. 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.

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

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

 Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым пу­тем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подго­товке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписани­ем занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопас­ности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

8.2. Размещение и быт военнослужащих

 Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

 Распределение служебного времени и повседневный порядок.

 Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъ­ем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение воен­нослужащих.

8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготов­ка суточного наряда.

8.4. Организация караульной службы, обязанности часового

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

8.5. 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.

8.6. 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.

8.7. Тактическая подготовка

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности сол­дата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

8.8. Физическая подготовка

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Прове­дение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

**11 класс (34 часа)**

Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Основы здорового образа жизни

*1.1. Правила личной гигиены и здоровье*

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очище­нии организма.

*1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов*

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необ­ходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

*1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилак­тики*

 Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, при­чины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

*1. 4. СПИД и его профилактика*

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.

СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вы­зываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

 Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-ин­фекцией.

*1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья*

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и поря­док заключения брака.

Личные права и обязанности супругов. Иму­щественные права супругов. Права и обязанности родителей.

2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

*2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недо­статочности и инсульте (практические занятия)*

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

*2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)*

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

*2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)*

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

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

*Первая медицинская помощь при остановке сердца*

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причи­ны клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непря­мого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

Раздел II. Основы военной службы

3. Воинская обязанность

*3.1. 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.

*3.2. Организация воинского учета и его предназначение*

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граж­дан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при перво­начальной постановке на воинский учет.

*Обязательная подготовка граждан к военной службе*

Основное содержание обязательной подготовки граждан к воен­ной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и про­фессиональным качествам молодежи призывного возраста для ком­плектования различных воинских должностей (командные, оператор­ские, связи и наблюдения, водительские и др.).

*Добровольная подготовка граждан к военной службе*

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по до­полнительным образовательным программам, имеющим целью воен­ную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразователь­ных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионально­го образования.

*3.5. 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.

*3.6. 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.

4. Особенности военной службы

*4.1. 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.

*4.2. 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.

*4.3. 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.

*4.4. Прохождение военной службы по призыву*

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва.

Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужа­щих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повсе­дневный порядок жизни воинской части.

Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих 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 военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

*4.6. 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.).

*4.7.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 альтернативное гражданской службы.

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

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

*5.1. 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.

*5.2. 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 готовые к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях совре­менного боя.

*5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к мо­ральным, индивидуально-психологическим и профессиональные 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).

*5.4. 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.

*5.5. Как стать офицером Российской армии*

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.

*5.6. 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.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**Основы безопасности жизнедеятельности**

**10 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № раздела,темы и урока | Наименование раздела, темы и урока | Кол-во часов |
| I | Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях | 13 |
| *1* | *Опасные и чрезвычайные ситуации, возника­ющие в повседневной жизни, и правила безопас­ного поведения* | *6* |
| 1.1 | Правила поведения в условиях вынужденной ав­тономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода | 1 |
| 1.2 | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера | 1 |
| 1.3 | Уголовная ответственность несовершеннолетних | 1 |
| 1.4 | Правила поведения в условиях чрезвычайных си­туаций природного и техногенного характера | 1 |
| 1.5 | Единая государственная система предупрежде­ния и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи | 1 |
| 1.6 | Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопас­ности | 1 |
| *2* | *Гражданская оборона — составная часть оборо­носпособности страны* | *7* |
| 2.1 | Гражданская оборона, основные понятия и опре­деления, задачи гражданской обороны | 1 |
| 2.2 | Современные средства поражения, их поражаю­щие факторы, мероприятия по защите населения | 1 |
| 2.3 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуа­циях военного и мирного времени | 1 |
| 2.4 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | 1 |
| 2.5 | Средства индивидуальной защиты | 1 |
| 2.6 | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций | 1 |
| 2.7 | Организация гражданской обороны в общеобра­зовательном учреждении | 1 |
| II | Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни |  |
| *3* | *Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний* | *3* |
| 3.1 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности | 1 |
| 3.2 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика | 2 |
| *4* | *Основы здорового образа жизни* | *7* |
| 4.1 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 2 |
| 4.2 | Биологические ритмы и их влияние на работо­способность человека | 2 |
| 4.3 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека | 1 |
| 4.4 | Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | 2 |
| III | Основы военной службы |  |
| *5* | *Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества* | *5* |
| 5.1 | История создания Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 |
| 5.2 | Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение | 2 |
| 5.3 | Функции и основные задачи современных Во­оруженных Сил России, их роль и место в систе­ме обеспечения национальной безопасности страны | 1 |
| 5.4 | Другие войска, их состав и предназначение | 1 |
| *6* | *Боевые традиции Вооруженных Сил России* | *3* |
| 6.1 | Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества | 1 |
| 6.2 | Памяти поколений – дни воинской славы России | 1 |
| 6.3 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений | 1 |
| *7* | *Символы воинской чести* | 3 |
| 7.1 | Боевое Знамя воинской части — символ воин­ской чести, доблести и славы | 1 |
| 7.2 | Ордена — почетные награды за воинские отли­чия и заслуги в бою и военной службе | 1 |
| 7.3 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федера­ции | 1 |
| *8* | *Основы военной службы (учебные сборы)* | 40 |
| 8.1 | Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках | 1 |
| 8.2 | Размещение и быт военнослужащих | 3 |
| 8.3 | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда | 4 |
| 8.4 | Организация караульной службы, обязанности часового | 4 |
| 8.5 | Строевая подготовка | 4 |
| 8.6 | Огневая подготовка | 14 |
| 8.7 | Тактическая подготовка | 5 |
| 8.8 | Физическая подготовка | 5 |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**Основы безопасности жизнедеятельности**

**11 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № раздела,темы и урока | Наименование раздела, темы и урока | Кол-во часов |
| I | Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни | 10 |
| *1* | *Основы здорового образа жизни* | *6* |
| 1.1 | Правила личной гигиены и здоровье | 1 |
| 1.2 | Нравственность и здоровье. Формирование пра­вильного взаимоотношения полов | 1 |
| 1.3 | Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики | 1 |
| 1.4 | СПИД и его профилактика | 2 |
| 1.5 | Семья в современном обществе. Законодательст­во и семья | 1 |
| *2* | *Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи* | *4* |
| 2.1 | Первая медицинская помощь при острой сердеч­ной недостаточности и инсульте (практические занятия) | 1 |
| 2.2 | Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия) | 1 |
| 2.3 | Первая медицинская помощь при травмах (прак­тические занятия) | 1 |
| 2.4 | Первая медицинская помощь при остановке сердца | 1 |
| II | Основы военной службы |  |
| *3* | *Воинская обязанность* | *8* |
| 3.1 | Основные понятия о воинской обязанности | 1 |
| 3.2 | Организация воинского учета и его предназначе­ние | 1 |
| 3.3 | Обязательная подготовка граждан к военной службе | 1 |
| 3.4 | Добровольная подготовка граждан к военной службе | 1 |
| 3.5 | Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при по­становке на воинский учет | 3 |
| 3.6 | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе | 1 |
| *4* | *Особенности военной службы* | *10* |
| 4.1 | Правовые основы военной службы | 1 |
| 4.2 | Общевоинские уставы Вооруженных Сил Рос­сийской Федерации — закон воинской жизни | 3 |
| 4.3 | Военная присяга — клятва воина на верность Ро­дине — России | 1 |
| 4.4 | Прохождение военной службы по призыву | 2 |
| 4.5 | Прохождение военной службы по контракту | 1 |
| 4.6 | Права и ответственность военнослужащих | 1 |
| 4.7 | Альтернативная гражданская служба | 1 |
| *5* | *Военнослужащий — защитник своего Отечества Честь и достоинство воина Вооруженных Сил* | *6* |
| 5.1 | Военнослужащий — патриот, с честью и досто­инством несущий звание защитника Отечества | 1 |
| 5.2 | Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой | 1 |
| 5.3 | Требования воинской деятельности, предъявляе­мые к моральным, индивидуально-психологиче­ским и профессиональным качествам гражда­нина | 1 |
| 5.4 | Военнослужащий — подчиненный, строго со­блюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников | 1 |
| 5.5 | Как стать офицером Российской армии | 1 |
| 5.6 | Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации | 1 |

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**10 КЛАСС**

При изучении основ безопасности жизнедеятельности в основной школе обеспечивается достижение **личностных, метапредметных и предметных** результатов.

**Личностные результаты**освоения обучающимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:

* Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
* Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
* Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
* Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
* Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
* Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
* Экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных

ситуациях.

Метапредметные результатыосвоения учащимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:

* 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;
* 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 вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметные результаты**освоения учащимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:

* **1. В познавательной сфере:**
* Знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.
**2. В ценностно-ориентационной сфере:**
* Умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
* Умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
* Умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.
**3. В коммуникативной сфере:**
* Умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.
**4. В эстетической сфере:**
* Умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.
**5. В трудовой сфере:**
* Знания устройства и принципов действия бытовых приборов, и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
* Умения оказывать первую медицинскую помощь. **6. В сфере физической культуры:**
* Формирование установки на здоровый образ жизни;
* Развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**7.В коммуникативной сфере:**

* Практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности: действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнёра, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
* Установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
* Сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;
* Адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности **ученик должен**

**знать:**

• основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияю­щие на него;

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

• основные задачи государственных служб по обеспечению безо­пасности жизнедеятельности населения;

• основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;

• состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Феде­рации;

• основные права и обязанности граждан по призыву на воен­ную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

• особенности прохождения военной службы по призыву, кон­тракту и альтернативной гражданской службы;

• предназначение, структуру и задачи РСЧС;

• предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь:**

• перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использо­вать для ликвидации возгорания;

• перечислить порядок действий населения по сигналу «Внима­ние всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, ко­торый следует взять с собой в случае эвакуации;

• объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;

• назвать способы ориентирования на местности, подачи сигна­лов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае ав­тономного существования в природных условиях;

• показать порядок использования средств индивидуальной за­щиты;

• рассказать о предназначении и задачах организации граждан­ской обороны; использовать приобретенные знания и умения в практиче­ской деятельности и повседневной жизни для:

• ведения здорового образа жизни;

• действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;

• пользования бытовыми приборами;

• использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;

• пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

• соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;

• соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;

• соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;

• соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;

• оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находя­щимся в неотложных состояниях;

• вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соот­ветствующих служб экстренной помощи;

• подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**11 КЛАСС**

При изучении основ безопасности жизнедеятельности в основной школе обеспечивается достижение **личностных, метапредметных и предметных** результатов.

**Личностные результаты**освоения обучающимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:

* Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
* Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
* Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
* Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
* Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
* Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
* Экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.Метапредметные результатыосвоения учащимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:
* 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;
* 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 вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметные результаты**освоения учащимися предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе:

* **1. В познавательной сфере:**
* Знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.
**2. В ценностно-ориентационной сфере:**
* Умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
* Умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
* Умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.
**3. В коммуникативной сфере:**
* Умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.
**4. В эстетической сфере:**
* Умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.
**5. В трудовой сфере:**
* Знания устройства и принципов действия бытовых приборов, и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
* Умения оказывать первую медицинскую помощь. **6. В сфере физической культуры:**
* Формирование установки на здоровый образ жизни;
* Развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**7.В коммуникативной сфере:**

* Практическое освоение умений, составляющих основу коммуникативной компетентности: действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми; удовлетворительно владеть нормами и техникой общения; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнёра, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
* Установление рабочих отношений в группе для выполнения практической работы или проекта, эффективное сотрудничество и способствование эффективной кооперации; интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и учителями;
* Сравнение разных точек зрения перед принятием решения и осуществлением выбора; аргументирование своей точки зрения, отстаивание в споре своей позиции невраждебным для оппонентов образом;
* Адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач; овладение устной и письменной речью; построение монологических контекстных

Высказываний; публичная презентация и защита проекта изделия, продукта труда или услуги;

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности **ученик должен**

**знать:**

• основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияю­щие на него;

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

• основные задачи государственных служб по обеспечению безо­пасности жизнедеятельности населения;

• основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;

• состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Феде­рации;

• основные права и обязанности граждан по призыву на воен­ную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

• особенности прохождения военной службы по призыву, кон­тракту и альтернативной гражданской службы;

• предназначение, структуру и задачи РСЧС;

• предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь:**

• перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использо­вать для ликвидации возгорания;

• перечислить порядок действий населения по сигналу «Внима­ние всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, ко­торый следует взять с собой в случае эвакуации;

• объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;

• назвать способы ориентирования на местности, подачи сигна­лов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае ав­тономного существования в природных условиях;

• показать порядок использования средств индивидуальной за­щиты;

• рассказать о предназначении и задачах организации граждан­ской обороны; использовать приобретенные знания и умения в практиче­ской деятельности и повседневной жизни для:

• ведения здорового образа жизни;

• действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;

• пользования бытовыми приборами;

• использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;

• пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

• соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;

• соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;

• соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;

• соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;

• оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находя­щимся в неотложных состояниях;

• вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соот­ветствующих служб экстренной помощи;

• подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

**Приложение I.**

 **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Критерии оценки знаний учащихся**

**Устный опрос**

***Оценка «5» ставится в случае:***

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объёма программного материала.

2. Умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации.

3. Отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдение культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

***Оценка «4»:***

1. Знание всего изученного программного материала.

2. Умение выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.

3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

***Оценка «3»***:

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.

2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы.

3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

***Оценка «2»:***

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.

2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на

Стандартные вопросы.

1. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

**Критерии выставления оценки при написании теста**

- правильный ответ – 1 балл;

- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

**«5» -**90% выполненного задания

**«4»**- 75%

**«3»**- 50%

**«2»**- меньше 50% выполненного задания.

***Способы и формы оценки результатов.***

**Порядок оценивания теоретических вопросов.**

**отметка «5»** (отлично): учащийся полно и правильно изложил теоретический вопрос, привел примеры, раскрывающие те или иные положения, аргументы, их подтверждающие, сделал вывод;

**отметка «4»** (хорошо): учащийся правильно изложил теоретический вопрос, но недостаточно полно раскрыл суть вопроса или допустил незначительные неточности. На заданные учителем дополнительные вопросы ответил правильно;

**отметка «3»** (удовлетворительно): учащийся смог частично раскрыть теоретический вопрос, привести некоторые примеры, иллюстрирующие те или иные положения. На заданные учителем дополнительные вопросы ответить не смог;

**отметка «2»** (неудовлетворительно): не раскрыл теоретический вопрос, на заданные учителем вопросы не смог дать удовлетворительный ответ.

**Порядок оценивания практических заданий.**

**отметка «5»:** учащийся выполнил задание и обосновал свои действия, грамотно применив соответствующие умения и теоретические знания в конкретной чрезвычайной ситуации;

**отметка «4»:** учащийся выполнил задание, но допустил незначительные ошибки или некоторые неточности при объяснении или обосновании своих действий;

**отметка «3»:** учащийся в основном справился с заданием, но не смог

объяснить или обосновать свои действия;

**отметка «2»:** учащийся не смог выполнить задание даже при помощи учителя.

**Порядок оценивания тестовых заданий.**

**отметка «5»** выставляется, если учащийся показал более **75%** правильных ответов;

**отметка «4»** выставляется, если учащийся показал до **75%** правильных ответов;

**отметка «3»** выставляется, если учащийся показал до**50%** правильных ответов;

**отметка «2»** выставляется, если учащийся показал менее **25%** правильных ответов.

**10 класс**

**Проверочная работа №1 по теме**

**«Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»**

1.Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:

а) потеря части продуктов питания;

б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;

в) потеря ориентировки на местности во время похода;

г) потеря компаса;

д) авария транспортных средств в условиях природной среды;

е) крупный лесной пожар;

ж) отсутствие средств связи.

2.Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды отличается друг от друга и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, когда командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:

а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности;

б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление не известны;

в) место происшествия точно не определенно, местность незнакомая и трудно проходимая;

г) в течение трех суток нет связи и помощи;

д) возникла непосредственная угроза жизни людей;

е) сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;

ж) точно известно местонахождение населенного пункта, и состояния здоровья людей позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта

3. Собираясь в поход, вам необходимо подобрать одежду. Каким ниже перечисленным требованиям она должна соответствовать:

а) одежда должна быть свободной и надеваться в несколько слоев;

б) одежда быть из синтетических материалов;

в) одежда должна быть однотонного цвета или из камуфлированного материала;

г) одежда должна быть чистой и сухой.

4. Выберите из предложенных вариантов установленные требования к сооружению временного жилища:

а) место должно находиться на берегу реки на уровне воды;

б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке;

в) место должно находится среди сухостоя, который можно использовать для костра;

г) возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива;

д) недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа;

е) возле лагеря должна быть площадка (поляна) для подачи сигналов бедствия в случае необходимости.

5. Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите наиболее опасное время:

а) темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;

б) сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;

в) раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке.

6. Опасными местами в любое время суток могут быть:

а) подворотни, заброшенные дома, закрытые задние дворы, пустыри, пустующие стройплощадки;

б) парикмахерская, ремонтная мастерская, любой магазин, банки;

в) отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника, видеотека.

7.Каким из ниже перечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:

а) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;

б) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;

в) воспользуйтесь попутным транспортом.

8. Девушка заходит в свой подъезд, слышит громкие крики, смех, шум, и понимает, что этажом выше на лестничной площадке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий тот, который могли посоветовать девушке:

а) спокойно подниматься домой;

б) ждать пока они уйдут;

в) дождаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд , и попросить проводить до квартиры.

9.В соответствии с Уголовным кодексом Российской Федерации преступлением признается:

а) противоправные действия, посягающие на честь и достоинство граждан;

б) действия граждан, сознательно нарушающих требования Конституции, законодательных и нормативно- правовых актов;

в) совершаемое общественно опасное деяние, запрещенное Уголовным кодексом Российской Федерации под угрозой наказания.

10.К преступлениям небольшой тяжести относятся:

а) неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание не превышает одного года лишения свободы;

б) умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание не превышает трех лет лишения свободы;

в) умышленные и неумышленные деяния, за совершение которых не превышает двух лет лишения свободы.

11.Вы находитесь дома. Неожиданно почувствовали толчки, дребезжащие стекла, посуды. Времени, чтобы выбежать из дома, нет. Определите, что вы будете делать и в какой последовательности:

а) отключите электричество, газ, воду;

б) займете безопасное место в проеме дверей или колонн;

в) позвоните в аварийную службу;

г) займете место у окна;

д) отойдете от окон и предметов мебели, которые могут упасть.

12. Вы проживете в селеопасном районе. Находясь дома, услышали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) соберете все ценное имущество во дворе и укроете его в помещении;

б) выйдите из здания и направитесь в безопасное место;

в) плотно закроете вентиляционные и другие отверстия;

г) закроете все двери, окна;

д) предупредите соседей об угрозе селя;

е) будете выходить на склон горы, находящийся на селебезопасном направлении;

ж) будете выходить на склон горы через ущелье или небольшую долину;

з) укроетесь в погребе.

13. Находясь дома один, вы услышали крики соседей о приближении урагана. Радио и телевидение не работают. Выглянув в окно, вы определили, что ураган уже свирепствует примерно в 3-4 км от вашего дома. Подвала в доме нет. На расстоянии примерно 300 м от дома есть глубокий овраг. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) станете кричать и звать на помощь;

б) отойдете от окон;

в) быстро выйдите на улицу и побежите к оврагу;

г) останетесь в доме и спрячьтесь в безопасном месте с подветренной стороны;

д) спрячьтесь в шкаф или под стол.

14.С какой целью создана РСЧС? Выберите правильный ответ:

а) прогнозирование чрезвычайных ситуаций на территории Российской Федераций и организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;

б) объединение усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

в) обеспечение первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

15. Для чего создаются территориальные подсистемы РСЧС? Выберите правильный ответ:

а) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах;

б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в поселках и районах;

в) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций на промышленных объектах;

г) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий.

16. Гражданская оборона – это:

а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время;

б) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;

в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

17. Ядерное оружие – это:

а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использование ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);

б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

18. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва; облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состава атмосферного воздуха;

б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;

в) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании.

19. Составьте фразу из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например: (4, 7,):

1) …делят на два…; 2). …для ориентирования по солнцу и часам …; 3). …при этом биссектриса этого угла покажет направление юг-север…; 4). …наручные часы располагают горизонтально…; 5). …и угол между стрелкой и цифрой 12 (для местного времени) …;

6) …часовой стрелкой к солнцу …

20. При прохождении туристского маршрута в лесу ваша группа попала в экстремальную ситуацию. Командир группы принял решение ожидать помощь на месте. Что необходимо предпринять в этом случае? Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

1). При наличии в группе пострадавших направить их в сопровождении нескольких человек искать населенный пункт с целью оказания помощи; 2). Если есть пострадавшие, ослабленные, больные, оказать им первую медицинскую помощь; 3), подавать аварийные сигналы поисковым группам; 4). При помощи компаса определить направление выхода и послать группу разведки для определения расстояния до ближайшего населенного пункта; 5). При отсутствии запаса продуктов питания организовать поиск воды и пищи; 6). Организовать поиск топлива для разведения костра; 7). Организовать поиск возвышенного места для определения своего местонахождения; 8). Организовать приготовление пищи; 9). Организовать сооружение временного жилища; 10). Одеть теплые вещи и сесть ближе к костру, временное жилище не сооружать.

**Проверочная работа №2 по теме**

**«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы военной службы»**

1.Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

  а. гомеопатические;

  б. физические;

  в. химические и биологические;

  г. социальные и психические.

2.Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?

  а. сапрофиты;

  б. спорофиты;

  в. условно патогенные;

  г. болезнетворные (патогенные);

  д. безусловно патогенные.

3.Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

  а. снижение температуры тела;

  б. подъём температуры тела;

  в. озноб, разбитость во всём теле;

  г. головная боль.

4.Какими путями обычно передаются инфекции?

  а. фекально-оральным;

  б. фекально-капельным;

  в. воздушно-капельным и жидкостным;

  г. контактным или контактно-бытовым путём, а также переносчиками зоонозных инфекций.

5.Дополните предложение.

Иммунитет с биологической точки зрения-это…

  а. основа хорошего здоровья каждого человека;

  б. способ защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;

  в. способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;

  г. способы защиты организма от живых существ и вредных веществ.

6.Дополните предложение.

Здоровый образ — жизни-это…

  а. способ существования разумных существ;

  б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;

  в. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

7.Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

  а. сердечно-дыхательная выносливость;

  б. сердечная сила и дыхательная выносливость;

  в. мышечная сила и выносливость;

  г. скоростные качества и гибкость.

8.Каковы основные признаки отравления человека никотином?

  а. покраснение лица, повышение температуры тела;

  б. кашель, тошнота;

  в. головокружение;

  г. горечь во рту.

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

  а. на щитовидную;

  б. на слюнные и лимфатические;

  в. на поджелудочную;

  г. на половую.

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

  а. на 5 лет                     в. на 10 лет

  б. на 2 года                   г. на 15 лет

11.Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

  а. положить на живот горячую грелку;

  б. уложить набок и очистить дыхательные пути, а также промыть желудок;

  в. положить на голову холодный компресс и вызвать «скорую помощь;

  г. дать понюхать вотку, смоченную нашатырным спиртом;

 12.Вчём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?

  а. уложить пострадавшего на спину;

  б. очистить дыхательные пути пострадавшего;

  в. уложить пострадавшего на бок или живот;

  г. дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную в нашатырном спирте и вызвать «скорую помощь»;

13.Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при отравлении лекарственными препаратами?

  а. дать обезболивающие средство;

  б. вызвать «скорую помощь»;

  в. промыть пострадавшему желудок;

  г. дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.

14.Дополните предложение.

Боевые традиции-это…

  а. система межличностных отношений в воинских коллективах;

  б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;

  в. 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;

  г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

15.Что характерно для любого воинского коллектива?

  а. автономия, означающая определённую самостоятельность и проявляющаяся в выполнении функций, свойственных только этому коллективу;

  б. способность сохранять структуру и функции;

  в. минимальная численность и состав, позволяющие выполнять возложенные на коллектив функции;

  г. оптимальная численность и состав, позволяющие полностью выполнять возложенные на коллектив функции с минимальными затратами труда и средств;

  д. способность быстро изменять организационную структуру.

16. Дополни предложение.

Ордена-это…

  а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;

  б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;

  в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.

  г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

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

  а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;

  б. орден «За заслуги перед Отечеством»;

  в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;

  г. орден и медаль «За заслуги перед отечеством».

18. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

  а. парадной деятельности;

  б. боевой деятельности;

  в. учебно-боевой деятельности;

  г. повседневной деятельности;

  д. гарнизонной и караульной служб;

  е. боевой учёбы.

19. Задача. Вам необходимо в течение нескольких часов поработать на компьютере, чтобы подготовить реферат по основам безопасности жизнедеятельности. Каким образом вы организуете режим работы на компьютере?

20. Задача. Вас попросили помыть после праздника посуду с помощью моющих средств, имеющихся в доме. Как вы это сделаете?

**11 класс**

**Проверочная работа №1 по теме**

**«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

1.Каковы основные признаки наружного кровотечения?

  а. медленное и тягучее кровотечение;

  б. быстрое и пульсирующие кровотечение;

  в. сильная боль в повреждённой части тела;

  г. кровь ярко-красного цвета;

  д. кровь темно-красного цвета.

2.Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

  а. кровь спокойно вытекает из раны;

  б. кровь фонтанирует из раны;

  в. кровь ярко-красного цвета;

  г. кровь тёмно-красного цвета;

  д. слабость.

3.Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

  а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;

  б. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;

  в.плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;

  г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;

  д. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

4.Как правильно наложить давящую повязку?

  а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

  б. обработать края раны вазелином или кремом;

  в. прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;

  г. наложить повязку.

5.Укажите признаки внутреннего кровотечения?

  а. порозовение кожи в области повреждения;

  б. посинение кожи в области повреждения;

  в. учащённый слабый пульс и частое дыхание;

  г. кашель с кровянистыми выделениями;

  д. повышение артериального давления;

  е. чувство неутолимого голода.

6.В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

  а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;

  б. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;

  в. смазать рану вазелином или кремом;

  г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7.Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

  а. наложением холода на место ушиба;

  б. наложением тепла на место ушиба;

  в. наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

  а. наложить на повреждённое место холод;

  б. наложить на повреждённое место тепло;

  в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9.Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

  а. обеспечить повреждённой конечности покой;

  б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;

  в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

10.Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

   а. вправить вышедшие наружу кости;

  б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;

  в. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;

  г. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

11.Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

  а. провести иммобилизацию места перелома;

  б. устранить искривление конечности;

  в. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

12.Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

  а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;

  б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;

  в. на голову пострадавшему положить холод;

  г. вызвать врача.

13.Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

  а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;

  б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

  в. произвести прекардиальный удар в область грудины;

  г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

14.Что необходимо сразу же предпринять, если на кожу попала кислота или другое химическое вещество?

  а. ополоснуть кожу марганцовкой;

  б. протереть это место спиртом;

  в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;

  г. немедленно промокнуть это место тампоном.

15.Какую пищу необходимо чаще необходимо чаще употреблять, чтобы укрепить зубы?

  а. продукты содержащие животные и растительные жиры;

  б. мясные продукты;

  в. рыбу и морепродукты;

  г. яблоки, морковь, орехи, семечки подсолнуха, оливки, сыр.

16.Какую пищу необходимо исключить из рациона при заболевании, связанным с нарушением обмена веществ?

  а. орехи;

  б. сыр;

  в. жирные и острые блюда;

  г. копчёное мясо и рыбу.

17.В чём заключается важнейшая задача семьи?

  а. развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;

  б. рождение и воспитание детей;

  в. рождение детей;

  г. развитие духовных качеств супругов.

18.Какой брак официально признан в Российской Федерации?

  а. брак, зарегистрированный в общественной организации;

  б. специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России;

  в. гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями;

  г. гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния.

19.Какие установлены обязательные условия для заключения брака в РФ?

  а. взаимное согласие лиц, вступающих в брак;

  б. достижение обоими брачного возраста-18лет;

  в. недостижение предельного возраста для вступления в брак;

  г. выполнение ограничений в отношении некоторых категорий иностранных граждан.

20.По каким основанием брак в РФ признаётся не действительным?

  а. заключение фиктивного брака;

  б. недееспособность или несовершеннолетие вступающего в брак;

  в. обман, угрозы, применённые при заключении брака;

  г. нарушение принципа единобрачия;

  д. преклонный возраст вступающих в брак.

  е. серьёзные различия в общественном положении супругов.

21. Задача. Вы шли по дороге и увидели лежащего на тротуаре человека без видимых признаков жизни. Какова последовательность Ваших действий?

22. Задача. Вы увидели ребенка с раной правого предплечья. Из раны вытекает кровь ярко-красного цвета, кровь вытекает интенсивно, пульсирует. Какой это вид кровотечения? Каковы Ваши действия?

**Проверочная работа №2 по теме «Основы военной службы»**

1.Дополни предложение.

Воинская обязанность-это…

  а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;

  б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;

  в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

2.Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?

  а. отсрочку от военной службы;

  б. призыв на военную службу;

  в. прохождение военной службы;

  г. военное обучение;

  д. призыв на военные сборы и их прохождение.

3.Какаие санкции принимаются в отношении гражданина, на являющегося по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины?

  а. моральная и материальная ответственность;

  б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

  в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

  г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

4.Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

  а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления,

  б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;

  в. членство в какой-либо организации, имеющей военную направленность;

  г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;

  д. прохождение медицинского освидетельствования.

5.Какая может быть вынесена оценка по результатам профессионального психологического отбора о пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности?

  а. рекомендуется вне очереди - высшая категория профессиональной пригодности;

  б. рекомендуется в первую очередь – первая категория профессиональной пригодности;

  в. рекомендуется – вторая категория профессиональной пригодности;

  г. рекомендуется условно – третья категория профессиональной пригодности;

  д. не рекомендуется – четвёртая категория профессиональной пригодности.

6.Что рекомендуется делать гражданам в рамках добровольной подготовки к военной службе?

  а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики4

  б. заниматься военно-прикладными видами спорта;

  в. обучаться по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ВУЗах.

  г. обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.

7.Что понимается под социальной позицией личности?

  а. политические взгляды на события и явления;

  б. место, которое может занимать человек в каких-либо ситуациях;

  в. функциональное место, которое может занимать человек по отношению к другим людям в обществе;

  г. определённые обязанности по отношению к другим людям.

8.Что понимается под направленностью личности?

  а. сочетание материального и духовного начала в деятельности личности;

  б. сочетание различных факторов, воздействующих на выбор определённого образа жизни и его активное осуществление;

  в. сочетание жизненных целей, мотивов деятельности, поведения и отношения к выбору определённого образа жизни и его активному осуществлению;

  г. сочетание необходимых качеств личности, направленных на активное осуществление различных видов деятельности.

9.Что собой представляет мировоззрение человека?

  а. взгляды личности на определённые события и явления;

  б. система взглядов на состояние окружающей среды;

  в. система взглядов на окружающую действительность и место человека в ней;

  г. отношение ко всему происходящему в природе и обществе, включая армейскую службу.

10.Какие типы слухов выделяют современные психологи?

  а. пассивные слухи;

  б. агрессивные слухи;

  в. слухи-желания;

  г. слухи-пугала.

11.Дополните предложение?

Честь-это…

  а. общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общие уважение, чувство гордости;

  б. вежливое и достойное отношение к людям;

  в. признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.

12.Дополните предложение.

Самовоспитание-это…

  а. коллективная работа по совершенствованию своих человеческих качеств;

  б. конкретные действия по воспитанию окружающих;

  в. деятельность самого субъекта с целью изменить свои психологические свойства и процессы, свою личность в целом;

  г. деятельность окружающих с целью изменить свои психологические свойства и процессы определённого объекта.

13. Задание. Перечислите категории годности граждан к военной службе. Что означает каждая категория?

14. Задание. Перечислите причины, по которым призывнику дается отсрочка от призыва на военную службу.

15. Задание. Кто из призывников имеет право на освобождение от военной службы? Перечислить основания.

**ЛИТЕРАТУРА**

**Нормативно-правовые документы**

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 г.).

Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 г. № 116).

Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).

Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (от 21 мая 2007 г. № 304).

Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).

Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537).

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 г. № 116).

Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция).

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» (последняя редакция).

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция).

Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» (последняя редакция).

Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция).

Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция).

Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России» (последняя редакция).

Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).

Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция).

Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция).

Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция).

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция).

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (последняя редакция)