

Приложение № 1 к приказу № 83-ОД  
«Об утверждении Основной  
образовательной программы  
основного общего образования  
от «31» августа 2021г

**Рабочая программа  
по основам безопасности  
жизнедеятельности 10-11 классы**

Составитель: Тюкалова О.Г.,  
преподаватель-организатор ОБЖ,  
учитель МБОУ Волковской СОШ

п. Новый, 2021

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее - ОБЖ) для 10-11 классов разработана на основе:

- федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. №1897, в ред. от 31 декабря 2015 г);
- примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. №1/15, в редакции протокола № 1/20 от 04.02.2020 федерального учебно-методического объединения по общему образованию);
- федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ;
- основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Волковской СОШ;
- положения о рабочей программе.
- авторской образовательной программы под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов: базовый уровень: учебник / С.В. Ким, В.А. Горский — 3-е изд., стерео – тип. – М. : Вентана – Граф, 2021. – 396, (4) с.: ил. – (Российский учебник) ).

Программа предмета "ОБЖ" рассчитана на два года. Общее количество часов на уровне основного общего образования составляет 68 часов со следующим распределением часов по классам: 10-й класс – 34 часа; 11-й класс – 34 часа».

Реализация рабочей программы предусматривает применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Структурно программа курса состоит из шести основных разделов: Основы безопасности личности, общества, государства. Военная безопасность государства. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства. Военная безопасность государства. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

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.

## **Базовый уровень**

### **Основы комплексной безопасности**

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. *Влияние экологической безопасности на национальную безопасность РФ.* Права, обязанности и ответственность гражданина в области охраны окружающей среды. Организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, и порядок обращения в них. Неблагоприятные районы в месте проживания и факторы эко риска. Средства индивидуальной защиты. Предназначение и использование экологических знаков.

Безопасность на транспорте. Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси и маршрутном такси, на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности и сигнальной разметки. Виды ответственности за асоциальное поведение на транспорте. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств: мопедов, мотоциклов, легкового автомобиля). Предназначение и использование дорожных знаков.

Явные и скрытые опасности современных молодежных хобби. Последствия и ответственность.

### **Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций**

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.

### **Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации**

Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму; органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

### **Основы здорового образа жизни**

Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи. Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Состояния, требующие проведения первой помощи, мероприятия и способы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.

Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Права, обязанности и ответственность гражданина в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Правила поведения в случае возникновения эпидемии. Предназначение и использование знаков безопасности медицинского и

санитарного назначения.

### **Основы обороны государства**

Состояние и тенденции развития современного мира и России. Национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты. Факторы и источники угроз национальной и военной безопасности, оказывающие негативное влияние на национальные интересы России. Содержание и обеспечение национальной безопасности РФ. Военная политика Российской Федерации в современных условиях. Основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности. Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. История создания ВС РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. *Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.*

### **Правовые основы военной службы**

Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета. Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Исполнение обязанностей военной службы. Альтернативная гражданская служба. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв.

### **Элементы начальной военной подготовки**

Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения.

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. *Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе.* Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. Основы и правила стрельбы. Ведение огня из автомата Калашникова. Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.

Современный общевойсковой бой. Инженерное оборудование позиции солдата. Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке. Элементы военной топографии. Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) (противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1)). Действия по сигналам оповещения. Состав и применение аптечки индивидуальной. Оказание первой помощи в бою. Способы выноса раненого с поля боя.

### **Военно-профессиональная деятельность**

Цели и задачи военно-профессиональной деятельности. Военно-учетные специальности. Профессиональный отбор. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Основные виды высших военно-учебных заведений ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России. Подготовка офицеров на военных кафедрах образовательных организаций высшего образования. Порядок подготовки и поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

**Личностными результатами** освоения основной образовательной программы среднего общего образования должны отражать:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) 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;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

**Метапредметные результаты** освоения основной образовательной программы среднего общего образования должны отражать:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности;

выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

**Предметными результатами**, формируемыми при изучении предмета основы безопасности жизнедеятельности, являются:

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в

повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

**Формами текущего контроля являются:**

- проверочная работа на 20-25 минут (в т.ч. в тестовой форме);
- письменный ответ на проблемный вопрос;
- различные формы пересказа;
- практические работы;
- контрольные работы.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования и заданий.

В результате учебного процесса учащиеся получают весь комплекс знаний умений и навыков запланированного учебного процесса.

**В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования:**

**Выпускник на базовом уровне научится:**

- 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-эпидемиологическом 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 изготровку 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 полчетвереньках, 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 противогаза, 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.

## Содержание учебного предмета, курса.

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.**

**Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.** Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

**Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.** Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

**Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

### **Раздел 2. Военная безопасность государства.**

**Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.** Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

**Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.** Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.** Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

**Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.** Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

### **Раздел 4. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства.**

**Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.**



Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек» - среда обитания».

**Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности.** Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайные ситуации. Поисково – спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

**Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека.** Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно – транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

#### **Раздел 5. Военная безопасность государства.**

**Глава 4. Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.** Основные задачи Вооружённых Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

**Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии.** Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

#### **Раздел 6. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Глава 6. Основы здорового образа жизни.** Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

**Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях.** Медико – психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражениях радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно – транспортном происшествии. Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

#### **Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.**

Тематическое планирование по ОБЖ для 10-11 классов составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

1. Развитие ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.
2. Развитие ценностного отношения к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.
3. Развитие ценностного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека.

4. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.

**Тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов,  
отводимых на освоение каждой темы.  
10 класс**

| №<br>п/<br>п | Наименование<br>разделов и тем  | Общее<br>количес-<br>тво часов | Количество часов, отведенных на |                         |  |
|--------------|---|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------|--|
|              |   |                                | Контрольные<br>работы           | Практически<br>е работы | Проектную и<br>исследова-ю<br>деятель-ть |
|              | <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.</b>   | 20                             |                                 |                         |  |
| 1            | <i>Тема 1.</i> Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. | 1                              |                                 |                         |  |
| 2            | <i>Тема 2.</i> Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.   | 1                              |                                 |                         |  |
| 3            | <i>Тема 3.</i> Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.  | 1                              |                                 |                         |  |
| 4            | <i>Тема 4.</i> Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.   | 1                              |                                 |                         |  |
| 5            | <i>Тема 5.</i> Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.  | 1                              |                                 |                         |  |
| 6            | <i>Тема 6.</i> Защита национальной безопасности государства от военных угроз.   | 1                              |                                 |                         |  |
| 7            | <i>Тема 7.</i> Защита личности, общества государства от угроз социального характера.  | 1                              |                                 |                         |  |
| 8            | <i>Тема 8.</i> Противодействие экстремизму.   | 1                              |                                 |                         |  |
| 9            | <i>Тема 9.</i> Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование).   | 1                              |                                 |                         |  |
| 10           | <i>Тема 10.</i> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).  | 1                              |                                 |                         |  |
| 11           | <i>Тема 11.</i> Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.                                    | 1                              |                                 |                         |  |
| 12           | <i>Тема 12.</i> Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций  | 1                              |                                 |                         |  |

|    |  |   |   |   |   |
|----|--|---|---|---|---|
|    | природного характера.  |   |   |   |   |
| 13 | <i>Тема 13.</i> Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.   | 1 |   |   | 1 |
| 14 | <i>Тема 14.</i> Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.   | 1 |   |   |   |
| 15 | <i>Тема 15.</i> Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.          | 1 |   |   |   |
| 16 | <i>Тема 16.</i> Защита населения и территорий от радиационной опасности.   | 1 |   |   |   |
| 17 | <i>Тема 17.</i> Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.  |   |   |   |   |
| 18 | <i>Тема 18.</i> Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.  | 1 |   |   |   |
| 19 | <i>Тема 19.</i> Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.   | 1 |   | 1 |   |
| 20 | <i>Тема 20.</i> Контроль знаний (тестирование)   | 1 | 1 |   |   |
|    | <b>Раздел 2. Военная безопасность государства.</b>   | 6 |   |   |   |
| 21 | <i>Тема 21.</i> Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.          | 1 |   |   |   |
| 22 | <i>Тема 22.</i> Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.             | 1 |   |   |   |
| 23 | <i>Тема 23.</i> Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. | 1 |   |   |   |
| 24 | <i>Тема 24.</i> Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.                      | 1 |   |   |   |
| 25 | <i>Тема 25.</i> Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих.   | 1 |   |   |   |
| 26 | <i>Тема 26.</i> Боевые традиции и ритуалы Вооружённых сил Российской Федерации.  | 1 |   |   |   |
|    | <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа</b>  | 9 |   |   |   |

|    |  |           |          |          |          |
|----|--|-----------|----------|----------|----------|
|    | <b>жизни.</b>  |           |          |          |          |
| 27 | <i>Тема 27.</i> Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.                     | 1         |          |          |          |
| 28 | <i>Тема 28.</i> Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. | 1         |          |          |          |
| 29 | <i>Тема 29.</i> Профилактика заболеваний, передаваемых половым путём.  | 1         |          |          |          |
| 30 | <i>Тема 30.</i> Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.  | 1         |          |          |          |
| 30 | <i>Тема 31.</i> Первая помощь при кровотечениях, ранениях.   | 1         |          |          |          |
| 31 | <i>Тема 32.</i> Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация.                                       | 1         |          |          | 1        |
| 31 | <i>Тема 33.</i> Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.   | 1         |          | 1        |          |
| 32 | <i>Тема 34.</i> Итоговое тестирование.   | 1         | 1        |          |          |
|    | <b>Итого:</b>  | <b>34</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |

**11 класс**

|   |   |           |  |  |  |
|---|---|-----------|--|--|--|
|   | <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства.</b>   | <b>14</b> |  |  |  |
| 1 | <i>Тема 1.</i> Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. | 1         |  |  |  |
| 2 | <i>Тема 2.</i> Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.  | 1         |  |  |  |
| 3 | <i>Тема 3.</i> Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.   | 1         |  |  |  |
| 4 | <i>Тема 4.</i> Основы управления безопасностью в системе «человек» - среда обитания».   | 1         |  |  |  |
| 5 | <i>Тема 5.</i> Контроль знаний (тестирование). Обеспечение  | 1         |  |  |  |

|    |  |           |   |   |   |
|----|--|-----------|---|---|---|
|    | национальной безопасности России.  |           |   |   |   |
| 6  | <i>Тема 6.</i> Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.                             | 1         |   |   |   |
| 7  | <i>Тема 7.</i> Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.                     | 1         |   |   |   |
| 8  | <i>Тема 8.</i> Защита населения и территорий в чрезвычайные ситуации. Поисково – спасательная служба МЧС России. | 1         |   |   |   |
| 9  | <i>Тема 9.</i> Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.  | 1         |   |   |   |
| 10 | <i>Тема 10.</i> Экстремальные ситуации криминогенного характера.   | 1         |   |   |   |
| 11 | <i>Тема 11.</i> Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека.                | 1         |   |   |   |
| 12 | <i>Тема 12.</i> Наркотизм и безопасность человека.   | 1         |   |   |   |
| 13 | <i>Тема 13.</i> Дорожно – транспортная безопасность.   | 1         |   |   | 1 |
| 14 | <i>Тема 14.</i> Контроль знаний (тестирование). Вынужденное автономное существование в природных условиях.       | 1         | 1 |   |   |
|    | <b>Раздел 2. Военная безопасность государства.</b>   | <b>9</b>  |   |   |   |
| 15 | <i>Тема 15.</i> Основные задачи Вооружённых сил.   | 1         |   |   |   |
| 16 | <i>Тема 16.</i> Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы.                            | 1         |   |   |   |
| 17 | <i>Тема 17.</i> Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.                                | 1         |   |   |   |
| 18 | <i>Тема 18.</i> Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.                                     | 1         |   | 1 |   |
| 19 | <i>Тема 19.</i> Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.                       | 1         |   |   |   |
| 20 | <i>Тема 20.</i> Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.                                      | 1         |   |   |   |
| 21 | <i>Тема 21.</i> Военные операции на территории России: борьба с терроризмом                                      | 1         |   |   |   |
| 22 | <i>Тема 22.</i> Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.   | 1         |   |   |   |
| 23 | <i>Тема 23.</i> Боевая слава российских воинов.  | 1         |   |   |   |
|    | <b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа</b>  | <b>11</b> |   |   |   |

|    |  |           |          |          |          |
|----|--|-----------|----------|----------|----------|
|    | <b>жизни.</b>  |           |          |          |          |
| 24 | <b>Тема 24.</b> Демографическая ситуация в России.   | 1         |          |          |          |
| 25 | <b>Тема 25.</b> Культура здорового образа жизни. Вредные привычки. Культура движения.  | 1         |          |          |          |
| 26 | <b>Тема 26.</b> Культура питания.  | 1         |          |          |          |
| 27 | <b>Тема 27.</b> Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.   | 1         |          |          |          |
| 28 | <b>Тема 28.</b> Медико – психологическая помощь.   | 1         |          |          |          |
| 29 | <b>Тема 29.</b> Первая помощь при ранениях.  | 1         |          | 1        |          |
| 30 | <b>Тема 30.</b> Первая помощь при поражениях радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. | 1         |          |          |          |
| 31 | <b>Тема 31.</b> Первая помощь при дорожно – транспортном происшествии.   | 1         |          | 1        | 1        |
| 32 | <b>Тема 32.</b> Первая помощь при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.           | 1         |          |          |          |
| 33 | <b>Тема 33.</b> Итоговое тестирование.   | 1         | 1        |          |          |
| 34 | <b>Тема 34.</b> Анализ контрольной работы. Подведение итогов.  | 1         |          |          |          |
|    | <b>Итого:</b>  | <b>34</b> | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>2</b> |

### Контрольно-измерительные материалы

Для контроля уровня достижений учащихся предусмотрены следующие формы контроля: практические работы, устный опрос, контрольная работа.

Оценкой достижения метапредметных результатов является также защита индивидуального или группового проекта, исследовательской работы.

При оценивании предметных результатов освоения учебной программы применяется уровневый подход.

| № п/п | Контрольно-измерительные материалы | Количество  |
|-------|------------------------------------|---|
| 1.    | Контрольные работы                 | 2 (см. приложение 1,2)  |
| 2.    | Практические работы                | 5 Демонстрация средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах, как проходит в РФ принятие присяги (выступление перед |

|    |         |   |
|----|---------|---|
|    |         | классом), первая помощь при ранениях, первая помощь при дорожно – транспортном происшествии).   |
| 3. | Проекты | 3«Оказание первой медицинской помощи» (первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок), «Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.(аварии на производстве), «Дорожно – транспортная безопасность». |

**Средствами оснащения ОБЖ являются:**

### **1. Нормативно – правовые документы:**

- Конституция Российской Федерации; Уголовный кодекс Российской Федерации;
- Образовательная программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» с использованием оборудования центра «Точка роста»;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации
- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;
- Федеральный закон «О гражданской обороне»;
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»;
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»;
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»;
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»;
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»;
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»;
- общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».

### **3. Технические средства обучения:**

- Ноутбук;

- Интерактивная доска;
- Аудио-, видеоаппаратура, проекционная аппаратура
- Мультимедиапроектор;
- Экран настенный;
- Набор имитаторов травм и поражений (Zarnitza);
- Тренажёр - манекен для обработки приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей (Zarnitza);
- Тренажёр – манекен для обработки сердечно – легочной реанимации (Zarnitza).

#### **4. Средства программного обучения и контроля знаний:**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»;
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях;

#### **5. Стенды, плакаты:**

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- Безопасность на улицах и дорогах;
- Пожары, взрывы;
- Правила оказания первой помощи;
- Плакаты (демонстрационные таблицы с методическими рекомендациями);
- Пожарная безопасность;
- Безопасность в быту;
- Активный отдых на природе;
- Опасные ситуации в природных условиях;
- Безопасность на воде;
- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения;
- Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте;
- Первая помощь при массовых поражениях;
- Правила транспортировки пострадавших;
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций;
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

#### **6. Средства индивидуальной защиты**

- Средства защиты дыхания;
- Ватно-марлевые повязки;
- Противопылевые тканевые маски;



- Противогазы (типа ГП-5) Средства защиты кожи;
- Аптечка индивидуальная (Zarnitza);
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи;
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 мх 14 см;
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м х 10 см;
- Шина транспортная иммобилизационная для взрослых для верхней конечности;
- Шина транспортная иммобилизационная для взрослых для верхней конечности;
- Жгут кровоостанавливающий эластичный;
- Головодержатель ортопедический, мягкой фиксации, универсальный.

## 7. Аудиовизуальные пособия

- Учебные видеофильмы на цифровых носителях.

### Приложение 1

#### Итоговая контрольная работа за I полугодие (10 класс).

#### *Основы безопасности личности, общества, государства, военная безопасность государства.*

##### Вариант №1.

**1. Выберите верное: к каким интересам относится преемственность культурно – исторических традиций государства, уважение к символам трудовой и воинской славы, к традициям и символам государственности.**

- а) национальным;
- б) интересам общества;
- в) интересам личности.

**2. Процесс быстрого роста городов это - ....**

- а) агломерация;
- б) глобализация;
- в) урбанизация.

**3. Допиши: приспособляемость человека к изменениям условий жизнедеятельности – это....**

**4. Основной закон Российской Федерации, который является основой разработки всех остальных законов государства – это....**

**5. Выберите средства невоенного реагирования государства:**

- а) дипломатия;
- б) международные правовые и финансово – экономические санкции;
- в) использование вооружённых сил;
- г) посредничество и миротворчества официальных и общественных организаций в разрешении конфликтов.

**6. Состояние защищенности личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз, при котором обеспечиваются реализация конституционных прав и свобод граждан Российской Федерации, достойные качество и уровень их жизни, суверенитет, независимость, государственная и территориальная целостность, устойчивое социально-экономическое развитие Российской**

**Федерации, называется...**

- а) безопасность;
- б) государственная безопасность;
- в) общественная безопасность;
- г) национальная безопасность.

**7. Выберите внутренние опасности России.**

- а) Развертывание воинских контингентов иностранных государств на приграничных территориях нашей страны (акваториях, воздушном пространстве);
- б) Увеличение количества государств, обладающих ядерным оружием;
- в) Подрыв суверенитета, нарушение единства и территориальной целостности России;
- г) Нарушение или несоблюдение отдельными государствами международных договоренностей;
- д) Экстремизм и терроризм.

**8. Эпифитотии опасные инфекционные заболевания, переносчиками которых являются:**

- а) люди;
- б) животные;
- в) растения.

**9. Военная безопасность — это....**

- а) это состояние условий жизнедеятельности общества и государства, при котором военная угроза отсутствует или минимальна;
- б) это состояние общества и государства, при котором военная угроза отсутствует или минимальна;
- в) это состояние условий жизнедеятельности общества и государства, при котором военная угроза возможна или максимальна.

**10. Вид терроризма, выражающийся в ненависти, крайней нетерпимости к другим религиям.**

- а) политический;
- б) националистический;
- в) криминальный;
- г) религиозный.

**11. Перечислите виды оружия массового поражения:**

- а) ядерное;
- б) химическое;
- в) бактериологическое;
- г) информационное.

**12. Зона радиоактивного поражения местности — это....**

- а) территория, заражённая радиоактивными (химическими, бактериологическими) веществами в опасных для жизни людей;
- б) зона, заражённая веществами в опасных для жизни людей;
- в) регион, заражённый химическими, бактериологическими веществами в опасных для жизни людей.

**13. Ядерное оружие – это....**

- а) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
- б) оружие взрывного действия, основанное на использовании тринитротолуола;

в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании пластичных взрывчатых веществ.

**14. ВС РФ образованы в....**

- а) 1992 году;
- б) 1941 году;
- в) 1945 году;
- г) 1995 году;
- д) 1939 году.

**15. Кто осуществляет первичный воинский учет в населённых пунктах, где нет военных комиссариатов?**

- а) органы местного самоуправления;
- б) учебное учреждение;
- в) полиция.

**Итоговая контрольная работа за I полугодие (10 класс).**

*Основы безопасности личности, общества, государства, военная безопасность государства.*

Вариант №2.

**1. Выберите НЕ верное: основы безопасности жизнедеятельности охватывают следующие уровни:**

- а) научный;
- б) законодательный;
- в) организационный;
- г) исполнительный.

**2. В круг специфических целей культуры безопасности жизнедеятельности НЕ входят:**

- а) разработка определенных норм поведения;
- б) обучением практическим навыкам ОБЖ;
- в) увеличение частоты травматизма;
- г) обучением практическим навыкам техники безопасности.

**3. Продолжите: совокупность различных экосистем Земли образуют....**

- а) биоценоз;
- б) биотоп;
- в) ноосферу;
- г) биосферу.

**4. Установите соответствие между уровнем войны и его характеристиками.**

- а) затрагивает военными действиями не только регион территорий враждующих государств, но и прилегающие к ним акватории и воздушное (космическое) пространство;
- б) ведение войны, преследующей долгосрочные военно-политические цели, коалициями государств;
- в) подразумевает военные действия местного значения между государствами, затрагивающие территории только этих противоборствующих сторон и осуществляемые для защиты территориальных, экономических, политических интересов противников.

**5. Выберите внешние опасности России.**

- а) развертывание воинских контингентов иностранных государств на приграничных территориях нашей страны (акваториях, воздушном пространстве);

- б) увеличение количества государств, обладающих ядерным оружием;
- в) подрыв суверенитета, нарушение единства и территориальной целостности России;
- г) нарушение или несоблюдение отдельными государствами международных договоренностей;
- д) экстремизм и терроризм.

**6. Социальное явление, выражение агрессивной позиции отдельных людей или групп, нарушающее интересы и безопасность общества и государства.**

- а) терроризм;
- б) шовинизм;
- в) экстремизм;
- г) национализм.

**7. Вид терроризма, выражающийся в стремлении к захвату политической власти, свержению существующей власти.**

- а) политический;
- б) националистический;
- в) криминальный;
- г) религиозный.

**8. Укажите режимы функционирования РСЧС**

- а) режим повседневной деятельности;
- б) режим повышенной готовности;
- в) режим полной готовности;
- г) режим чрезвычайной ситуации.

**9. Непосредственное повседневное руководство гражданской обороной осуществляет:**

- а) министерство обороны России;
- б) МЧС России;
- в) МВД России.

**10. Какие стихийные бедствия не относятся к геологическим?**

- а) извержение вулканов;
- б) смерчи;
- в) наводнение.

**11. Очаг поражения – это...**

- а) территория, в пределах которой в результате применения оружия массового поражения произошли массовые поражения живой силы и техники;
- б) город, в пределах которого в результате применения оружия массового поражения произошло поражение населения;
- в) страна, в результате применения оружия массового поражения произошли массовые разрушения сооружений и техники.

**12. Основные поражающие факторы ядерного взрыва:**

- а) ударная волна;
- б) световое излучение;
- в) ионизирующее излучение;
- г) радиоактивное заражение;

- д) электромагнитный импульс;
- е) химическое заражение.

### **13. Современные обычные средства поражения — это...**

- а) все виды вооружения, отличные от оружия массового поражения;
- б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических (отравляющих) свойствах химических веществ.

### **14. Вооруженные силы – это...**

- а) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов, находящаяся в постоянной боевой готовности для отпора возможной агрессии со стороны других государств;
- б) составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника, владеющая современной военной техникой и вооружением;
- г) вооружённая организация государства, предназначенная для защиты его суверенитета и территориальной целостности в случае агрессии, войны, одно из важнейших орудий политической власти.

### **15. Военные реформы Петра I.**

- а) утвержден Военный устав;
- б) утвержден Морской устав;
- в) созданы регулярная армия и флот;
- г) введён рекрутский набор;
- д) введена всеобщая воинская повинность;
- е) принято Соборное уложение;
- ж) создано стрелецкое войско.

### **Итоговая контрольная работа за II полугодие (10 класс).**

*Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.*

#### **Вариант №1.**

#### **Задание 1. Решение теста.**

##### **1. Где дано определение «Здоровье»?**

- а) в Википедии;
- б) в Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ);
- в) в словаре.

##### **2. Какой фактор не оказывает влияние на здоровье человека:**

- а) наследственность;
- б) экологическая обстановка;
- в) уровень развития науки.

##### **3. Невосприимчивость организма к инфекционным и неинфекционным агентам и веществам, обладающим антигенными свойствами, называется \_\_\_\_\_ .**

К какому виду инфекции относится дизентерия?

- а) контактно – бытовые;

- б) инфекции дыхательных путей;
- в) кишечные инфекции.

**4. Выберите верное определение понятия «Первая медицинская помощь».**

- а) комплекс медицинских услуг, представляемых в медицинские учреждения;
- б) комплекс экстренных медицинских мероприятий, проводимых пострадавшему на месте происшествия и в период доставки его в медицинское учреждение.
- в) комплекс медицинских мер, оказываемых больному после проведения операции на территории больничного учреждения.

**5. Быстрое и массовое распространение острозаразных болезней (инфекций) среди людей:**

- а) пандемия;
- б) эпидемия;
- в) эпизоотия;
- г) эпизоототил.

**6. Состояние пострадавшего, угрожающее его жизни и здоровью и требующее мер незамедлительной помощи – это....**

- а) неотложное состояние;
- б) терминальное состояние;
- в) шоковое состояние;
- г) состояние комы.

**7. Как называется группа болезней, вызываемых специфическими возбудителями: бактериями, вирусами, простейшими грибами?**

- а) онкологические заболевания;
- б) простудные заболевания;
- в) инфекционные болезни.

|           |                             |               |             |                    |
|-----------|-----------------------------|---------------|-------------|--------------------|
| <b>8.</b> | <b>Выберите</b>             | <b>верные</b> | <b>виды</b> | <b>иммунитета:</b> |
| а)        | естественный                |               | и           | искусственный;     |
| б)        | естественный                |               | и           | врожденный;        |
| в)        | искусственный               |               | и           | приобретенный;     |
| г)        | искусственный и врожденный. |               |             |                    |

**7. Непосредственной причиной возникновения инфекционной болезни является \_\_\_\_\_**

**8. Какое количество смертей в России наступает от неинфекционных заболеваний?**

- а) 60%;
- б) 80 %;
- в) 40%.

**9. На первом месте по частоте смертности среди заболеваний стоят:**

- а) болезни почек;
- б) онкологические;
- в) сердечно – сосудистые;
- г) нервные.

**10. Выберите из списка инфекции, передаваемые половым путём:**

- а) паротит;

- б) сифилис;
- в) вирусный гепатит А;
- г) гонорея;
- д) хламидиоз;
- е) трихомониаз.

**11. Заболевание, обнаруживающее себя белыми или желтыми выделениями из влагалища с характерным «рыбным» запахом:**

- а) хламидиоз;
- б) трихомониаз;
- в) гонорея;
- г) сифилис.

**12. Различают следующие периоды развития инфекционной болезни:**

- а) инкубационный (скрытый);
- б) начальный;
- в) вторичный;
- г) основных проявлений болезни;
- д) вторичных проявлений болезни;
- е) выздоровление.

**13. К какой группе инфекционных болезней относятся ветряная оспа, грипп, скарлатина?**

- а) кишечные;
- б) дыхательных путей;
- в) кровяные;
- г) наружных покровов.

**14. Как называется промежуток времени от момента заражения до появления первых клинических проявлений?**

- а) начальный;
- б) инкубационный (скрытый);
- в) основных проявлений болезни.

**15. Перечислите факторы риска неинфекционных заболеваний (не меньше 7)....**

### Задание 2.

**1. Перечисли действия, выполняемые при эвакуации.**

**2. Как классифицируются средства защиты органов дыхания по принципу действия?**

### Задание 3.

**Написать алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшему с остановкой дыхания и кровообращения.**

### Вариант №2.

#### Задание 1. Решение теста.

**1. Напишите понятие «Здоровье» как записано в Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)....**

**2. Из приведенного ниже перечня функций выберите те, которые выполняет питание в жизни человека:**

- а) поддерживает биологическую жизнь;
- б) снижает психологические нагрузки;

- в) осуществляет необходимое взаимодействие между духовным и физическим здоровьем;
- г) обеспечивает постоянный обмен веществ и энергии между организмом человека и окружающей средой.

**3. Какие утверждения верны ИППП:**

- а) передаются только половым путем;
- б) часто протекают скрыто без ярко выраженных симптомов;
- в) могут передаваться от матери плоду во время беременности;
- г) поражают только мочеполовую систему.

**4. Из приведенного ниже перечня заболеваний выберите те, которые относятся к группам кишечных инфекций и кровяным инфекциям:**

- а) дизентерия;
- б) дифтерия;
- в) сыпной тиф;
- г) сибирская язва;
- д) клещевой энцефалит;
- е) брюшной тиф;
- ж) грипп;
- з) корь.

**5. На показания состояния здоровья влияют:**

- а) условия и образ жизни;
- б) наследственность;
- в) курение и алкоголь;
- г) все верно.

**6. Возбудители сифилиса являются:**

- а) гонококк;
- б) хламидия;
- в) стафилококк;
- г) бледная трепонема.

**7. Какой период развития болезни характеризуется возникновением наиболее существенных и специфических симптомов данной болезни?**

- а) начальный;
- б) инкубационный (скрытый);
- в) основных проявлений болезни.

**8. Какой период развития инфекционной болезни сопровождается её общими проявлениями?**

- а) основных проявлений болезни;



- б) инкубационный (скрытый);
- в) начальный.

**9. Что является основной причиной возникновения неинфекционных заболеваний?**

- а) здоровый образ жизни;
- б) нездоровый образ жизни;
- в) наследственность.

**10. Профилактика ИППП включает:**

- а) специфическую медикаментозную профилактику;
- б) ведение упорядоченной половой жизни, вступление в сексуальные отношения только с хорошо знакомыми людьми, верность своему сексуальному партнёру;
- в) использование надежных средств контрацепции;
- г) соблюдение правил личной гигиены.

**11. Перечислите способы профилактики неинфекционных заболеваний (не меньше 7)....**

**12. Заражение смертельно опасными заболеваниями : Вич инфекциями, гепатитом – наказываются лишением свободы до:**

- а) до 2 лет;
- б) до 3 лет;
- в) до 4 лет;
- г) до 5 лет.

**13. Каковы последствия заболеваний, передающихся половым путем, для здоровья человека.**

**14. Прочитайте текст: «Попадая во внутреннюю среду человека, эти микроорганизмы до поры до времени не вызывают серьезных изменений. Но если организм человека ослаблен в результате тяжелой травмы, длительного заболевания или других причин, они (микробы) очень быстро превращаются в опасные для здоровья». О каких микроорганизмах идет речь? Выберите из предлагаемых вариантов ответа правильный:**

- а) болезнетворные (патогенные) микроорганизмы;
- б) сапрофиты;
- в) условно патогенные микроорганизмы.

**15. Что такое инкубационный период? Из приведенных ниже определений выберите правильное:**

- а) это время от момента начала заболевания до выздоровления;
- б) это время от момента внедрения микроорганизма до проявления болезни;
- в) это время от начала заболевания до момента активного проявления болезни.

## **Задание 2.**

**1. Что представляет ГО?**

**2. Перечисли основные задачи РСЧС.**

## **Задание 3.**

**Написать алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшему с артериальным кровотечением (ранение**

бедренной артерии).

## Приложение 2.

**Итоговая контрольная работа за I полугодие (11 класс).**

*Основы комплексной безопасности личности, общества, государства. Военная безопасность государства.*

### Вариант №1.

**1. По мнению ученых вероятными причинами низкой культуры безопасности жизнедеятельности в обществе являются... Выберите неправильные ответы.**

- а) макроэкономические
- б) психологические
- в) духовные
- г) политические
- д) социальные
- е) образовательные
- ж) семейные (традиционные)
- з) экономические.

**2. Основные объекты исследования в общей теории безопасности жизнедеятельности: личность (человек), общество, государство, условия жизнедеятельности (среда).**

**Запишите, как называется предмет исследования теории безопасности жизнедеятельности?**

**3. .... - это состояние деятельности объекта, явления среды, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасных для здоровья человека последствий.**

**4. Теория безопасности жизнедеятельности различает несколько видов проявления опасностей. как называется опасность, которая рассматривается как возможная угроза?**

**5. В чём состоят стратегические цели национальной обороны Российской Федерации?**

- а) в предотвращении любых военных конфликтов;
- б) в сдерживании военной силы при решении спорных внутригосударственных и международных вопросов;
- в) в развёртывании воинских контингентов на приграничных территориях нашей страны;
- г) в милитаризации космоса.

**6. Их отражают Конституция РФ и федеральные законы, в которых отражены основы государственного строя России, внутренняя и внешняя политика государства по обеспечению суверенитета и целостности страны, росту благосостояния граждан, социально-экономическому и культурному развитию общества. О каком понятии идёт речь?**

- а) общественные интересы;
- б) национальные интересы;
- в) личные интересы.

**7. Какой орган осуществляет координацию и общее руководство системным комплексом сил и средств обеспечения национальной безопасности?**

- а) Совет безопасности РФ;
- б) Министерство обороны РФ;
- в) Служба внешней разведки РФ.

## **8. К основным внутренним опасностям России относятся:**

- а) попытки насильственного изменения конституционного строя Российской Федерации;
- б) подрыв суверенитета, нарушение единства и территориальной целостности России;
- в) дезорганизация функционирования органов государственной власти, важных государственных, военных объектов и социальной инфраструктуры Российской Федерации;
- г) экстремизм и терроризм;
- д) распространение оружия массового поражения, ракет и ракетных технологий; е) увеличение количества государств, обладающих ядерным оружием.

## **9. Экстремизм – это...**

- а) «крайний, чрезмерный» — приверженность крайним взглядам, методам действий (обычно в политике). Экстремизму подвержены как отдельные люди, так и организации, преимущественно политические и религиозные;
- б) идеология допустимости использования крайних мер, экстремумов социального поведения, для получения желаемого эффекта;
- в) политика, основанная на систематическом применении террор.

## **10. Для предотвращения террористического акта правоохрнительным органам могут помочь ваши точные ответы на вопросы оператора телефонной связи, прежде всего следует:**

- а) назвать своё имя, фамилию;
- б) адрес проживания;
- в) место нахождения в данный момент;
- г) особые приметы подозреваемого либо телефонного террориста (например, предполагаемый пол, возраст звонившего, особенности его речи, голос (громкий, тихий), произношение (отчётливое, искажённое, с акцентом), манера речи (развязная, с издёвкой, с нецензурными выражениями));
- д) звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звуки теле- или радиоаппаратуры, голоса и др.);
- е) характер звонка (городской или междугородний).

## **11. Какие ограничения существуют для военнослужащих, не принявших военную присягу?**

- а) такие военнослужащие не могут быть назначены на воинскую должность;
- б) такие военнослужащие не имеют права ходить в увольнение;
- в) такие военнослужащие не имеют права на несение боевого дежурства.

## **12. Призыв граждан Российской Федерации на военную службу осуществляется на основании...**

- а) приказа Министра Обороны РФ;
- б) постановления Правительства РФ;
- в) Указа Президента РФ.

## **13. Какие разделы включают в себя Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации?**

- а) дисциплинарный устав;
- б) строевой устав;

- в) устав внутренней службы;
- г) должностной устав;
- д) устав гарнизонной и караульной служб.

**14. Как часто в Российской Федерации осуществляется призыв на военную службу?**

- а) ежемесячно;
- б) два раза в год;
- в) по мере необходимости;

**15. Что включают в себя общие обязанности военнослужащих?**

- а) бескорыстно подчиняться командирам и защищать их в бою;
- б) соблюдать правила воинской вежливости;
- в) быть бдительным.

**Итоговая контрольная работа за I полугодие (11 класс).**

*Основы комплексной безопасности личности, общества, государства, военная безопасность государства.*

**Вариант №2.**

**1. Наука жизни, наука о должном поведении специалиста по отношению к живому, наука о нравственной стороне его действий, от которых зависит качество жизни, безопасность, благополучие человека и других живых организмов единого природного мира биосферы. Как называется эта наука?**

**2. Сколько видов проявления опасностей различается теорией безопасности жизнедеятельности?**

- а) 3;
- б) 5;
- в) 7.

**3. Защитная реакция организма на резкое увеличение общей внешней нагрузки, мобилизующая энергетические возможности всех систем для успешной адаптации к воздействию раздражителя, называется ...?**

**4. К каким видам относятся все виды социальных опасностей?**

- а) техногенные;
- б) производственные;
- в) антропогенные;
- г) естественные.

**5. Под состоянием защищённости жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз понимают.**

- а) национальную безопасность;
- б) национальное благополучие;
- в) обороноспособность страны.

**6. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации введена.**

- а) Указом Президента РФ;
- б) постановлением Правительства РФ;

в) приказом министра обороны РФ.

**7.К основным внешним опасностям России относятся:**

- а) развёртывание воинских контингентов иностранных государств на приграничных территориях нашей страны;
- б) увеличение количества государств, обладающих ядерным оружием;
- в) нарушение или несоблюдение отдельными государствами международных договорённостей;
- г) попытки насильственного изменения конституционного строя Российской Федерации;
- д) подрыв суверенитета, нарушение единства и территориальной целостности России;
- е) милитаризация космического пространства.

**8. Терроризм - это...**

- а) политика, основанная на систематическом применении террора;
- б) применение силы или угроза её применения сильнейшей стороной по отношению к слабейше;
- в) идеология насилия и практика воздействия на общественное сознание, на принятие решений органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанная с силовым воздействием, устрашением мирного населения и/или иными формами противоправных насильственных действий.

**9. Что такое зоны повышенной криминогенной опасности? Дать определение:**

- а) это места с массовым скоплением людей, техники и оружия;
- б) это вокзалы, аэропорты, кинотеатры, клубы, спортивно-концертные комплексы, станции и поезда метро, транспортные средства и др.
- в) лучше не попадать в толпу, чем потом думать, как из неё выбраться.

**10. Общие правила поведения в экстремальной ситуации:**

- а) немедленно сообщите в полицию о подозрительном предмете;
- б) если произошёл взрыв, осмотритесь, выбирайтесь осторожно, не трогайте руками повреждённые конструкции и провода;
- в) если вы оказались в завале, постарайтесь взять себя в руки, дышите глубоко, ровно, размеренно;
- г) если вас захватили в заложники, не подвергайте себя риску, старайтесь не привлекать внимания преступников, не вызывайте у них агрессии своими действиями или словами, особенно если они находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;
- д) в случае операции по освобождению заложников спецподразделением необходимо укрыться за предметами, мебелью, лежите не двигаясь, не мешая спасателям, не берите в руки оружие преступников, так как вас могут принять за террористов и открыть огонь на поражение;
- е) после окончания операции по обезвреживанию террористов покидайте помещение только после разрешения спасателей.

**11. Каким ФЗ Российской Федерации определены права и свободы военнослужащих?**

- а) ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
- б) ФЗ «О статусе военнослужащих»;
- в) ФЗ «Об обороне».

**12. Какие из перечисленных стороны военной службы определены Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил?**

- а) права командиров и начальников по применению поощрений и дисциплинарных взысканий;
- б) способы передвижения военнослужащих на поле боя; в) порядок подачи и рассмотрения предложений, жалоб и заявлений;
- г) текст Военной присяги.

**13. Смысловое содержание Военной присяги во все времена?**

- а) это торжественная клятва на верность;
- б) это красивый ритуал;
- в) это обязательство перед командованием.

**14. Какие категории граждан имеют право на заключение контракта о прохождении военной службы?**

- а) граждане женского пола, не пребывающие в запасе;
- б) граждане, пребывающие в запасе;
- в) любые изъявившие желание граждане.

**15. В каком возрасте граждане вправе заключать контракт о прохождении военной службы?**

- а) от 18 до 40 лет;
- б) только после отслуженного срока по призыву;
- в) с 20 лет.

**Итоговая контрольная работа за II полугодие (11 класс).**

*Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.*

**Вариант №1.**

**Задание 1. Написать ответы на вопросы.**

1. Как называется наука о народонаселении, о закономерностях воспроизводства населения в общественно-историческом контексте его жизнедеятельности?
2. Здоровье - это... (написать 1 термин как записано в Уставе всемирной организации здравоохранения, а второй как понимаете Вы);
3. Что такое транквилизаторы и как они влияют на здоровье человека?
4. Развивает мышечную систему, стимулирует обменные процессы в организме – это?
5. Система способов поддержания здоровья, работоспособности и адаптивности организма человека в среде обитания – это?
6. Как влияют на работоспособность человека биологические ритмы?
7. Основные принципы рационального питания?
8. Что означает понятие «репродуктивное здоровье»?
9. Чем отличается гиподинамия от гипокинезии?
10. Какова связь между движением и здоровьем человека?

**Задание 2.**

**Написать алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшему в состоянии комы.**

**Итоговая контрольная работа за II полугодие (11 класс).**

*Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.*

**Вариант №1.**

**Задание 1. Написать ответы на вопросы.**

1. Как связана между собой демографическая ситуация и здоровье населения?
2. Депрессивное состояние, требующим длительного и сложного лечения – это?
3. Что такое сенситивный подростковый возраст?
4. От чего зависит жизнь и здоровье человека? (написать в процентах):
5. Повышенная активностью психической деятельности по переработке информации, требующая напряжения внимания, памяти, активизации мышления, сопровождающая повышением эмоциональной нагрузки – это?
6. В чем разница между усталостью и утомлением?
7. Что такое здоровое питание?
8. Чем отличается понятия «репродуктивная система» и «репродуктивное здоровье»?

9. Чем отличается гиподинамия от гипокинезии?  
10. Каковы права и обязанности оказывающих первую помощь?

**Задание 2.**

**Написать алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшему при алкогольном отравлении.**

**Учебно – методическое обеспечение, включая электронные образовательные ресурсы.**

1. Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.
2. Криминальные опасности и защита от них: учебное пособие / Г. Г. Гумеров, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.
  3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Эксмо.
4. А. Т. Смирнов, Б.О. Хренников М: «Просвещение», 2012 Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 10 класс
5. Основы медицинских знаний. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. М.: АСТ ЛТД, 1997
6. Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при террористических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.
7. Основы обороны государства и военной службы: учебное пособие / А. Д. Корощенко, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.
8. Помощь при травмах и несчастных случаях. Мейсон Эндрю. — М.: Аргументы факты, 1998.
9. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся 10—11 классов / А. А. Волокитин, Н. Н. Грачев, В. А. Жильцов и др. — М.: Дрофа.
10. Энциклопедия педагогической валеологии (основные медико-психологические, экологические, педагогические и специальные термины, определения, понятия) / под ред. проф. Г. Я. Рябилина. — СПб.
11. Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
12. Образовательная программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» с использованием оборудования центра «Точка роста», Москва 2021 г.
13. Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности - <http://www.alleng.ru>
14. Министерство образования и науки РФ - <http://mon.gov.ru/>
15. Энциклопедия безопасности - <http://www.opasno.net>
  16. Министерство здравоохранения и соцразвития РФ - <http://www.minzdrav-rf.ru>
  17. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации - <http://minobrnauki.gov.ru>
18. Официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации - <http://mil.ru>
  19. Информационно-правовой портал «ГАРАНТ» - <http://www.garant.ru>
  20. Официальный сайт МЧС России - [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)











