

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Морская кадетская школа имени адмирала Котова Павла Григорьевича»

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
.....А.А.Гуменный
Приказ №413 от 01.09.2017г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УР
«31» 08.2017 г.
.....Е.А.Рогачева

РАСМОТРЕНО
на ШМО учителей
физической культуры
Протокол №1
от «31» 08.2017 г.
Руководитель ШМО
.....Н.В.Тонковская

Рабочая программа учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»

Среднее общее образование

10-11 классы

(базовый уровень)

2017 - 2018 учебный год

Программу составил: Рогачев С.В., преподаватель-организатор ОБЖ
высшей квалификационной категории

Программу реализует: Рогачев С.В. (10 класс А; 11 класс А)

г. Северодвинск

2017 г.

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе примерной программы среднего (полного) общего образования по ОБЖ, программы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы. (А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников). – М.: Просвещение, в соответствии с учебным планом школы на 2017-2018 учебный год.

Для реализации программы используются учебники Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс, 11 класс / под общей редакцией А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2011-2012 гг.

В рабочей программе реализованы требования федеральных законов: «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «Об оружии», «Об альтернативной гражданской службе», «О статусе военнослужащих», Семейного Кодекса российской Федерации.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» на базовом уровне направлен на достижение следующих **целей**:

- освоение обучающимися знаний о безопасности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, здоровье и здоровом образе жизни, государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства, ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Родины;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы, бдительности в отношении актов терроризма; потребности вести здоровый образ жизни;
- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Рабочая программа включает обязательную часть учебного курса, изложенного в примерной программе среднего (полного) общего образования и программе Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. , и рассчитана на 103 учебных часа (по 34 часа в 10 и 11 классах, из расчёта 1 час в неделю в каждом классе и 35 часов (5 дней по 7 часов) учебные сборы для юношей 10 класса).

ПЕРЕЧЕНЬ РАЗДЕЛОВ (ТЕМ) ПРОГРАММЫ
10 класс

№ раздела, темы	Название разделов (тем)	Количество часов
Раздел 1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	14
Тема 1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	6
Тема 2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	8
Раздел 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	7
Тема 1	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2
Тема 2	Основы здорового образа жизни	5
Раздел 3	Основы военной службы	13
Тема 1	Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества	6
Тема 2	Боевые традиции Вооружённых Сил России	3
Тема 3	Символы воинской чести	4
	В т.ч. контрольных работ	2
Раздел 4	Основы военной службы (практические занятия на базе школы и воинской части)-учебные сборы для юношей	35
Итого		34+35= 69

11 класс

№ раздела, темы	Название разделов (тем)	Количество часов
Раздел 1	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	11
Тема 1	Основы здорового образа жизни	5
Тема 2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	6
Раздел 2	Основы военной службы	23
Тема 1	Воинская обязанность	8
Тема 2	Особенности военной службы	8
Тема 3	Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил	7
	В т.ч. контрольных работ	2
Итого		34

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

10 класс

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

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

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

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

1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Правила самозащиты от насильников и хулиганов.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и др.

1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

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

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

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

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

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

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

Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны

2.1. Гражданская оборона, основные понятия, определения, задачи.

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

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

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения, их

поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

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

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

2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.

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

2.5. Средства индивидуальной защиты населения.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

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

2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

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

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Тема 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья - социальная потребность общества.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Тема 4. Основы здорового образа жизни.

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

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

4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

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

4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для

обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычек к систематическому выполнению закаливающих процедур.

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

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и социальные последствия вредных привычек. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Раздел 3. Основы военной службы

Тема 5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.

5.1. История создания Вооруженных Сил России.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV- XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

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

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение.

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

Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основное содержание.

5.4. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.

Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Тема 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.

6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.

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

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. Памяти поколений - дни воинской славы России.

Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России.

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

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

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

Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.

Тема 7. Символы воинской чести.

7.7. Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

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

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

7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.

Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Тема 8. Основы военной службы (практические занятия на базе школы и воинской части).

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

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

8.2. Размещение и быт военнослужащих.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву; содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды. Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

8.3. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.

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

8.4. Организация караульной службы, обязанности часового.

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

8.5. Строевая подготовка.

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

8.6. Огневая подготовка.

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

8.7. Тактическая подготовка.

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

8.8. Физическая подготовка.

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

11 класс

Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Тема 1. Основы здорового образа жизни

1.1. Правила личной гигиены и здоровье.

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

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

1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.

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

1.4. СПИД и его профилактика.

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД - это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИД. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой доврачебной помощи.

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

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

2.2. Первая доврачебная помощь при ранениях (практические занятия).

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

2.3. Первая доврачебная помощь при травмах (практические занятия).

Первая доврачебная помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая доврачебная помощь при черепно-мозговой травме. Первая доврачебная помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

2.4. Первая доврачебная помощь при остановке сердца.

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

2.5. Международное гуманитарное право (МГП).

История возникновения «права войны», основные понятия, участники МГП. Женевские и Гаагские конвенции. Запрещённые средства и методы борьбы. Формы ответственности. Комбатант. Правила поведения комбатантов в бою. Лица и объекты особой международной защиты, их отличительные знаки. Деятельность организации Красного Креста и Красного Полумесяца в рамках международного гуманитарного права. Работа городского комитета Красного Креста.

Раздел 2. Основы военной службы.

Тема 3. Военная обязанность.

3.1. Основные понятия о воинской обязанности.

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

3.2. Организация воинского учета и его предназначение.

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

3.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.)

3.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях профессионального высшего образования.

3.5. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

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

Тема 4. Особенности военной службы.

4.1. Правовые основы военной службы.

Конституция Российской Федерации, федеральные законы: «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ - закон воинской жизни.

Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил РФ, Строевой Устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.

4.3. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.

4.4. Прохождение военной службы по призыву.

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас. Воинские звания военнослужащих ВС Российской Федерации. Военная форма одежды.

4.5. Прохождение военной службы по контракту.

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

4.6. Права и ответственность военнослужащих.

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

4.7. Альтернативная гражданская служба.

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Тема 5. Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина

Вооруженных Сил России.

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

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание - защитника Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.

5.2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

5.4. Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил РФ. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, - постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

5.5. Как стать офицером Российской Армии.

5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ.

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

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

10 класс

№1. Контрольная работа по разделу «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».

№2. Контрольная работа по разделам «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и «Основы военной службы».

11 класс

№1. Контрольная работа по разделу «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

№2. Контрольная работа по разделу «Основы военной службы».

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

знать / понимать:

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показывать порядок использования средств индивидуальной и коллективной защиты;
- рассказывать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;

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

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдение мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Критерии оценки устного ответа:

Оценка «5»: ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, закономерностей, взаимосвязей и конкретизация их примерами; правильное использование различных источников знаний; ответ самостоятельный, изложение логичное, с опорой на ранее приобретённые знания и дополнительные сведения о важнейших фактах и закономерностях современности.

Оценка «4»: ответ удовлетворяет ранее названным требованиям; ответ полный, правильный, доказательный; есть неточности в изложении основного материала или выводах, легко исправляемые по дополнительным вопросам учителя; изложение недостаточно систематизированное и последовательное.

Оценка «3»: ответ правильный, ученик в основном понимает материал, но не чётко определяет понятия и закономерности; затрудняется в самостоятельном объяснении взаимосвязей; непоследовательное и неаргументированное изложение материала; ошибки в использовании примеров.

Оценка «2»: ответ неправильный, не раскрыто основное содержание учебного материала; отсутствуют ответы на вспомогательные вопросы учителя; грубые ошибки в определении понятий.

Критерии оценки выполнения тестовых работ:

Оценка «5» ставится в том случае, если верные ответы составляют 90-100 % выполнения работы.

Оценка «4» ставится в том случае, если верные ответы составляют 80 % от общего количества заданий.

Оценка «3» ставится в том случае, если верные ответы составляют 50 – 70 % от общего количества заданий.

Оценка «2» ставится в том случае, если верные ответы составляют менее 50% от общего количества заданий.

Критерии оценки самостоятельной или контрольной работы

Оценка «5»: работа полностью выполнена; учащийся самостоятельно справляется с предложенной работой и в силах выполнять дополнительные, творческие задания или задания повышенной сложности.

Оценка «4»: работа выполнена с небольшими недочётами; учащийся справляется с предложенной работой, допускает негрубые ошибки.

Оценка «3»: работа выполнена частично; учащийся допускает ошибки.

Оценка «2»: работа не выполнена; учащийся либо вообще не справляется с работой, либо выполняет лишь небольшую ее часть с помощью учителя и с грубыми ошибками.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

- 1 Смирнов А.Т., Хренников О.Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни / А.Т.Смирнов, Б.О Хренников; под общей редакцией А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2011 г.
2. Смирнов А.Т., Хренников О.Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни / А.Т.Смирнов, Б.О Хренников; под общей редакцией А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2012 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ
КОНТРОЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
10 класс

Контрольная работа №1 по теме

«Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»

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

- а) потеря части продуктов питания;
- б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;
- в) потеря ориентировки на местности во время похода;
- г) потеря компаса;
- д) авария транспортных средств в условиях природной среды;
- е) крупный лесной пожар;
- ж) отсутствие средств связи.

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

- а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности;
- б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление не известны;
- в) место происшествия точно не определено, местность незнакомая и трудно проходимая;
- г) в течение трех суток нет связи и помощи;
- д) возникла непосредственная угроза жизни людей;
- е) сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- ж) точно известно местонахождение населенного пункта, и состояния здоровья людей позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта

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

- а) одежда должна быть свободной и надеваться в несколько слоев;
- б) одежда быть из синтетических материалов;
- в) одежда должна быть однотонного цвета или из камуфлированного материала;
- г) одежда должна быть чистой и сухой.

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

- а) место должно находиться на берегу реки на уровне воды;
- б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке;
- в) место должно находиться среди сухостоя, который можно использовать для костра;
- г) возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива;
- д) недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа;
- е) возле лагеря должна быть площадка (поляна) для подачи сигналов бедствия в случае необходимости.

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

- а) темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
- б) сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;
- в) раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке.

6. Опасными местами в любое время суток могут быть:

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

- б) парикмахерская, ремонтная мастерская, любой магазин, банки;
 - в) отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника, видеотека.
7. Каким из ниже перечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:
- а) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;
 - б) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;
 - в) воспользуйтесь попутным транспортом.
8. Девушка заходит в свой подъезд, слышит громкие крики, смех, шум, и понимает, что этажом выше на лестничной площадке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий тот, который могли посоветовать девушке:
- а) спокойно подниматься домой;
 - б) ждать пока они уйдут;
 - в) дождаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросить проводить до квартиры.
9. В соответствии с Уголовным кодексом Российской Федерации преступлением признается:
- а) противоправные действия, посягающие на честь и достоинство граждан;
 - б) действия граждан, сознательно нарушающих требования Конституции, законодательных и нормативно-правовых актов;
 - в) совершаемое общественно опасное деяние, запрещенное Уголовным кодексом Российской Федерации под угрозой наказания.
10. К преступлениям небольшой тяжести относятся:
- а) неумышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание не превышает одного года лишения свободы;
 - б) умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание не превышает трех лет лишения свободы;
 - в) умышленные и неумышленные деяния, за совершение которых не превышает двух лет лишения свободы.
11. Вы находитесь дома. Неожиданно почувствовали толчки, дребезжащие стекла, посуды. Времени, чтобы выбежать из дома, нет. Определите, что вы будете делать и в какой последовательности:
- а) отключите электричество, газ, воду;
 - б) займете безопасное место в проеме дверей или колонн;
 - в) позвоните в аварийную службу;
 - г) займете место у окна;
 - д) отойдете от окон и предметов мебели, которые могут упасть.
12. Вы проживаете в селеопасном районе. Находясь дома, услышали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:
- а) соберете все ценное имущество во дворе и укроете его в помещении;
 - б) выйдете из здания и направитесь в безопасное место;
 - в) плотно закроете вентиляционные и другие отверстия;
 - г) закроете все двери, окна;
 - д) предупредите соседей об угрозе селя;
 - е) будете выходить на склон горы, находящийся на селебезопасном направлении;
 - ж) будете выходить на склон горы через ущелье или небольшую долину;
 - з) укроетесь в погребе.
13. Находясь дома один, вы услышали крики соседей о приближении урагана. Радио и телевидение не работают. Выглянув в окно, вы определили, что ураган уже свирепствует примерно в 3-4 км от вашего дома. Подвала в доме нет. На расстоянии примерно 300 м от дома есть глубокий овраг. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:
- а) станете кричать и звать на помощь;
 - б) отойдете от окон;
 - в) быстро выйдете на улицу и побежите к оврагу;
 - г) останетесь в доме и спрячетесь в безопасном месте с подветренной стороны;

д) спрячьтесь в шкаф или под стол.

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

- а) прогнозирование чрезвычайных ситуаций на территории Российской Федерации и организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
- б) объединение усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- в) обеспечение первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

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

- а) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в городах и районах;
- б) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в поселках и районах;
- в) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций на промышленных объектах;
- г) для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в субъектах Российской Федерации в пределах их территорий.

16. Гражданская оборона – это:

- а) система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время;
- б) система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления для быстрых и эффективных действий по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;
- в) система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

17. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);
- б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

18. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва; облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра; изменение состава атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании.

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

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

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

- 1). При наличии в группе пострадавших направить их в сопровождении нескольких человек искать населенный пункт с целью оказания помощи; 2). Если есть пострадавшие, ослабленные, больные, оказать им первую медицинскую помощь; 3). подавать аварийные

сигналы поисковым группам; 4). При помощи компаса определить направление выхода и послать группу разведки для определения расстояния до ближайшего населенного пункта; 5). При отсутствии запаса продуктов питания организовать поиск воды и пищи; 6). Организовать поиск топлива для разведения костра; 7). Организовать поиск возвышенного места для определения своего местонахождения; 8). Организовать приготовление пищи; 9). Организовать сооружение временного жилища; 10). Одеть теплые вещи и сесть ближе к костру, временное жилище не сооружать.

Контрольная работа №2 по теме

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

1. Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?
 - а. гомеопатические;
 - б. физические;
 - в. химические и биологические;
 - г. социальные и психические.
2. Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?
 - а. сапрофиты;
 - б. спорифиты;
 - в. условно патогенные;
 - г. болезнетворные (патогенные);
 - д. безусловно патогенные.
3. Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?
 - а. снижение температуры тела;
 - б. подъём температуры тела;
 - в. озноб, разбитость во всём теле;
 - г. головная боль.
4. Какими путями обычно передаются инфекции?
 - а. фекально-оральным;
 - б. фекально-капельным;
 - в. воздушно-капельным и жидкостным;
 - г. контактным или контактно-бытовым путём, а также переносчиками зоонозных инфекций.
5. Дополните предложение.
Иммунитет с биологической точки зрения-это...
 - а. основа хорошего здоровья каждого человека;
 - б. способ защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
 - в. способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;
 - г. способы защиты организма от живых существ и вредных веществ.
6. Дополните предложение.
Здоровый образ жизни-это...
 - а. способ существования разумных существ;
 - б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
 - в. индивидуальная система поведения человека , направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.
7. Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?
 - а. сердечно-дыхательная выносливость;
 - б. сердечная сила и дыхательная выносливость;
 - в. мышечная сила и выносливость;
 - г. скоростные качества и гибкость.
8. Каковы основные признаки отравления человека никотином?
 - а. покраснение лица, повышение температуры тела;
 - б. кашель, тошнота;
 - в. головокружение;
 - г. горечь во рту.

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

- а. на щитовидную;
- б. на слюнные и лимфатические;
- в. на поджелудочную;
- г. на половую.

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

- а. на 5 лет
- б. на 2 года
- в. на 10 лет
- г. на 15 лет

11. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

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

12. В чём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?

- а. уложить пострадавшего на спину;
- б. очистить дыхательные пути пострадавшего;
- в. уложить пострадавшего на бок или живот;
- г. дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную в нашатырном спирте и вызвать «скорую помощь»;

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

- а. дать обезболивающее средство;
- б. вызвать «скорую помощь»;
- в. промыть пострадавшего желудок;
- г. дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.

14. Дополните предложение.

Боевые традиции-это...

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

15. Что характерно для любого воинского коллектива?

- а. автономия, означающая определённую самостоятельность и проявляющаяся в выполнении функций, свойственных только этому коллективу;
- б. способность сохранять структуру и функции;
- в. минимальная численность и состав, позволяющие выполнять возложенные на коллектив функции;
- г. оптимальная численность и состав, позволяющие полностью выполнять возложенные на коллектив функции с минимальными затратами труда и средств;
- д. способность быстро изменять организационную структуру.

16. Дополни предложение.

Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

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

- а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
- б. орден «За заслуги перед Отечеством»;
- в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
- г. орден и медаль « За заслуги перед отечеством».

18. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?
- | | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| а. парадной деятельности; | г. повседневной деятельности; |
| б. боевой деятельности; | д. гарнизонной и караульной служб; |
| в. учебно-боевой деятельности; | е. боевой учёбы. |
19. Задача. Вам необходимо в течение нескольких часов поработать на компьютере, чтобы подготовить реферат по основам безопасности жизнедеятельности. Каким образом вы организуете режим работы на компьютере?
20. Задача. Вас попросили помыть после праздника посуду с помощью моющих средств, имеющихся в доме. Как вы это сделаете?

11 класс

Контрольная работа №1 по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?
- | | |
|---|--|
| а. медленное и тягучее кровотечение; | в. сильная боль в повреждённой части тела; |
| б. быстрое и пульсирующие кровотечение; | г. кровь ярко-красного цвета; |
| | д. кровь темно-красного цвета. |
2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?
- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| а. кровь спокойно вытекает из раны; | в. кровь ярко-красного цвета; |
| б. кровь фонтанирует из раны; | г. кровь тёмно-красного цвета; |
| д. слабость. | |
3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?
- | | |
|---|--|
| а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения; | |
| б. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань; | |
| в. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения; | |
| г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение; | |
| д. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань. | |
4. Как правильно наложить давящую повязку?
- | | |
|--|--|
| а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой; | |
| б. обработать края раны вазелином или кремом; | |
| в. прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт; | |
| г. наложить повязку. | |
5. Укажите признаки внутреннего кровотечения?
- | | |
|---|--|
| а. порозовение кожи в области повреждения; | |
| б. посинение кожи в области повреждения; | |
| в. учащённый слабый пульс и частое дыхание; | |
| г. кашель с кровянистыми выделениями; | |
| д. повышение артериального давления; | |
| е. чувство неутолимого голода. | |
6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?
- | | |
|---|--|
| а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом; | |
| б. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом; | |
| в. смазать рану вазелином или кремом; | |
| г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку. | |
7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?
- | | |
|--|--|
| а. наложением холода на место ушиба; | |
| б. наложением тепла на место ушиба; | |
| в. наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя. | |
8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- а. наложить на повреждённое место холод;
 - б. наложить на повреждённое место тепло;
 - в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
 - г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?
- а. обеспечить повреждённой конечности покой;
 - б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
 - в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?
- а. вправить вышедшие наружу кости;
 - б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
 - в. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - г. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.
11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?
- а. провести иммобилизацию места перелома;
 - б. устранить искривление конечности;
 - в. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?
- а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
 - б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
 - в. на голову пострадавшему положить холод;
 - г. вызвать врача.
13. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?
- а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
 - б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
 - в. произвести прекардиальный удар в область грудины;
 - г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».
14. Что необходимо сразу же предпринять, если на кожу попала кислота или другое химическое вещество?
- а. ополоснуть кожу марганцовкой;
 - б. протереть это место спиртом;
 - в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;
 - г. немедленно промокнуть это место тампоном.
15. Какую пищу необходимо чаще употреблять, чтобы укрепить зубы?
- а. продукты содержащие животные и растительные жиры;
 - б. мясные продукты;
 - в. рыбу и морепродукты;
 - г. яблоки, морковь, орехи, семечки подсолнуха, оливки, сыр.
16. Какую пищу необходимо исключить из рациона при заболевании, связанным с нарушением обмена веществ?
- а. орехи;
 - б. сыр;
 - в. жирные и острые блюда;
 - г. копчёное мясо и рыбу.
17. В чём заключается важнейшая задача семьи?
- а. развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;
 - б. рождение и воспитание детей;
 - в. рождение детей;
 - г. развитие духовных качеств супругов.
18. Какой брак официально признан в Российской Федерации?
- а. брак, зарегистрированный в общественной организации;
 - б. специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России;

- в. гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями;
- г. гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния.

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

- а. взаимное согласие лиц, вступающих в брак;
- б. достижение обоими брачного возраста-18 лет;
- в. недостижение предельного возраста для вступления в брак;
- г. выполнение ограничений в отношении некоторых категорий иностранных граждан.

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

- а. заключение фиктивного брака;
- б. недееспособность или несовершеннолетие вступающего в брак;
- в. обман, угрозы, применённые при заключении брака;
- г. нарушение принципа единобрачия;
- д. преклонный возраст вступающих в брак.
- е. серьёзные различия в общественном положении супругов.

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

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

Контрольная работа №2 по теме «Основы военной службы»

1. Дополни предложение.

Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

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

- а. отсрочку от военной службы;
- б. призыв на военную службу;
- в. прохождение военной службы;
- г. военное обучение;
- д. призыв на военные сборы и их прохождение.

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

- а. моральная и материальная ответственность;
- б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- в. административная ответственность в соответствии с законодательством РФ;
- г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

4. Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

- а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления,
- б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;
- в. членство в какой либо организации, имеющей военную направленность;
- г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;
- д. прохождение медицинского освидетельствования.

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

- а. рекомендуется вне очереди - высшая категория профессиональной пригодности;
- б. рекомендуется в первую очередь – первая категория профессиональной пригодности;
- в. рекомендуется – вторая категория профессиональной пригодности;

- г. рекомендуется условно – третья категория профессиональной пригодности;
 д. не рекомендуется – четвёртая категория профессиональной пригодности.
6. Что рекомендуется делать гражданам в рамках добровольной подготовки к военной службе?
- ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики
 - заниматься военно-прикладными видами спорта;
 - обучаться по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ВУЗах.
 - обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.
7. Что понимается под социальной позицией личности?
- политические взгляды на события и явления;
 - место, которое может занимать человек в каких-либо ситуациях;
 - функциональное место, которое может занимать человек по отношению к другим людям в обществе;
 - определённые обязанности по отношению к другим людям.
8. Что понимается под направленностью личности?
- сочетание материального и духовного начала в деятельности личности;
 - сочетание различных факторов, воздействующих на выбор определённого образа жизни и его активное осуществление;
 - сочетание жизненных целей, мотивов деятельности, поведения и отношения к выбору определённого образа жизни и его активному осуществлению;
 - сочетание необходимых качеств личности, направленных на активное осуществление различных видов деятельности.
9. Что собой представляет мировоззрение человека?
- взгляды личности на определённые события и явления;
 - система взглядов на состояние окружающей среды;
 - система взглядов на окружающую действительность и место человека в ней;
 - отношение ко всему происходящему в природе и обществе, включая армейскую службу.
10. Какие типы слухов выделяют современные психологи?
- пассивные слухи;
 - агрессивные слухи;
 - слухи-желания;
 - слухи-пугала.
11. Дополните предложение?
 Честь-это...
- общественно-моральное достоинство, которое вызывает и поддерживает общее уважение, чувство гордости;
 - вежливое и достойное отношение к людям;
 - признанием общественным мнением и осознание самим человеком высокой социальной ценности выполняемого им долга.
12. Дополните предложение.
 Самовоспитание-это...
- коллективная работа по совершенствованию своих человеческих качеств;
 - конкретные действия по воспитанию окружающих;
 - деятельность самого субъекта с целью изменить свои психологические свойства и процессы, свою личность в целом;
 - деятельность окружающих с целью изменить свои психологические свойства и процессы определённого объекта.
13. Задание. Перечислите категории годности граждан к военной службе. Что означает каждая категория?
14. Задание. Перечислите причины, по которым призывнику дается отсрочка от призыва на военную службу.
15. Задание. Кто из призывников имеет право на освобождение от военной службы? Перечислите основания.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс А

№ п/п	№ п/п в теме	Название темы урока	Кол-во часов	Сроки изучения	Контр. мероприятия
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			13+1к.р.		
Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения			6		
1	1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода	1		
2	2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1		
3	3	Уголовная ответственность несовершеннолетних	1		
4	4	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера	1		
5	5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задача	1		
6	6	Законы и другие нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1		
Тема 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны			7+1к.р.		
7	1	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи ГО	1		
8	2	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1		
9	3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1		
10	4	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1		
11	5	Средства индивидуальной защиты	1		
12	6	Организация проведения аварийно – спасательных работ в зоне ЧС	1		

13	7	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	1		
14	8	Контрольная работа №1 по разделу «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»	1		Контр. раб.1.
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			7		
Тема 1. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний			2		
15	1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой	1		
16	2	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	1		
Тема 2. Основы здорового образа жизни			5		
17	1	Здоровый образ жизни и его составляющие	1		
18	2	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1		
19	3	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1		
20	4	Вредные привычки, их влияние на здоровье.	1		
21	5	Профилактика вредных привычек	1		
Раздел 3. Основы военной службы			12+1к.р.		
Тема 1. Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества			6		
22	1	История создания Вооружённых сил РФ	1		
23	2	История создания Вооружённых сил РФ	1		
24	3	Организационная структура Вооружённых Сил (ВС). Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение	1		
25	4	Организационная структура Вооружённых Сил (ВС). Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение	1		
26	5	Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.	1		

27	6	Другие войска, их состав и предназначение	1		
Тема 2. Боевые традиции Вооружённых Сил России			3		
28	1	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1		
29	2	Памяти поколений – дни воинской славы России	1		
30	3	Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1		
Тема 3. Символы воинской чести			3+1к.р.		
31	1	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1		
32	2	Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1		
33	3	Ритуалы ВС Российской Федерации	1		
34	4	Контрольная работа №2 по разделам «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и «Основы военной службы».	1		Контр. раб.2.

11 класс А

№ п/п	№ п/п в теме	Название темы урока	Кол-во часов	Сроки изучения	Контр. мероприятия
Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			10+1к.р.		
Тема 1. Основы здорового образа жизни			5		
1	1	Правила личной гигиены и здоровье	1		
2	2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1		
3	3	Инфекции, передаваемые половым путём. Меры профилактики.	1		
4	4	СПИД и его профилактика.	1		
5	5	Семья в современном обществе. Законодательство и семья	1		
Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи			5+1к.р.		

6	1	Первая доврачебная помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)	1		
7	2	Первая доврачебная помощь при ранениях (практические занятия)	1		
8	3	Первая доврачебная помощь при травмах (практические занятия)	1		
9	4	Первая доврачебная помощь при остановке сердца	1		
10	5	Международное гуманитарное право.	1		
11	6	Контрольная работа №1 по разделу №1 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	1		Контр. раб.№1
Раздел 2. Основы военной службы			22+1к.р.		
Тема 1. Воинская обязанность			8		
12	1	Основные понятия о воинской обязанности	1		
13	2	Организация воинского учёта и его предназначение	1		
14	3	Организация воинского учёта и его предназначение	1		
15	4	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1		
16	5	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1		
17	6	Организация мед. освидетельствования и мед. обследования граждан при постановке на воинский учёт	1		
18	7	Организация мед. освидетельствования и мед. обследования граждан при постановке на воинский учёт	1		
19	8	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе	1		
Тема 2. Особенности военной службы			8		
20	1	Правовые основы военной службы	1		
21	2	Общевоинские Уставы ВС РФ – закон воинской жизни	1		
22	3	Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России	1		

23	4	Прохождение военной службы по призыву	1		
24	5	Прохождение военной службы по призыву	1		
25	6	Прохождение военной службы по контракту	1		
26	7	Права и ответственность военнослужащих	1		
27	8	Альтернативная гражданская служба	1		
Тема 3. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых Сил			6+1к.р.		
28	1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества	1		
29	2	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	1		
30	3	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально – психологическим и профессиональным качествам гражданина	1		
31	4	Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских Уставов, приказы командиров и начальников	1		
32	5	Как стать офицером Российской армии	1		
33	6	Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации	1		
34	7	Контрольная работа 2 по разделу №2 «Основы военной службы»	1		Контр. раб.2.