***Приложение 11***

**Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

 **(по УМК А.Т.Смирнова, Б.О.Хренникова)**

**10-11 классы**

**(базовый уровень)**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**П**рограмма «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе примерной программы среднего 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; Федерального закон от 9 декабря 2012 года N 273-ФЗ. «Об образовании в Российской Федерации» - Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 01.07.2021) "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию, Приказа Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" , Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.11.2021 № 819 "Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования".

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, 2021 г.

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.

Программа включает обязательную часть учебного курса, изложенного в при­мерной программе среднего общего образования и программе Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. , и рассчитана на 69 учебных часа (35 часов в 10 и 34 в 11 классе, из расчёта 1 час в неделю.

**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 |
|  | **Резервное время** | **1** |
| **Итого** | **35** |

**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. П*оложения 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 (0В) 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 заболеваниях, 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.

* 1. *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. Воинская обязанность.

*3.1. Основные понятия о воинской обязан­ности.*

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

*3.2. Организация воинского учета и его предназначение.*

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

*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 здоровогообраза 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 недочетами; 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**

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, 2012 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 определенно, местность незнакомая и трудно проходимая;

г) в течение трех суток нет связи и помощи;

д) возникла непосредственная угроза жизни людей;

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

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

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

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

б) одежда быть из синтетических материалов;

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

г) одежда должна быть чистой и сухой.

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

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

б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке;

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

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

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

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

 5. Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из

приведенных примеров определите наиболее опасное время:

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

б) сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;

в) раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке.

6. Опасными местами в любое время суток могут быть:

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

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

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

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

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

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

в) воспользуйтесь попутным транспортом.

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

а) спокойно подниматься домой;

б) ждать пока они уйдут;

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

9.В соответствии с Уголовным кодексом Российской Федерации преступлением

 признается:

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

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

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

10.К преступлениям небольшой тяжести относятся:

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

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

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

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

а) отключите электричество, газ, воду;

б) займете безопасное место в проеме дверей или колонн;

в) позвоните в аварийную службу;

г) займете место у окна;

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

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

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

б) выйдите из здания и направитесь в безопасное место;

в) плотно закроете вентиляционные и другие отверстия;

г) закроете все двери, окна;

д) предупредите соседей об угрозе селя;

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

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

з) укроетесь в погребе.

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

а) станете кричать и звать на помощь;

б) отойдете от окон;

в) быстро выйдите на улицу и побежите к оврагу;

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

д) спрячьтесь в шкаф или под стол.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

16. Гражданская оборона – это:

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

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

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

17. Ядерное оружие – это:

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

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

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

18. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

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

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

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

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

1)….делят на два…; 2). …для ориентирования по солнцу и часам …; 3). …при этом биссектриса этого угла покажет направление юг-север…; 4). …наручные часы располагают горизонтально…; 5). …и угол между стрелкой и цифрой 12 (для местного времени) …; 6)….часовой стрелкой к солнцу …

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

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

**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. спорофиты;

  в. условно патогенные;

  г. болезнетворные (патогенные);

  д. безусловно патогенные.

3.Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

  а. снижение температуры тела;

  б. подъём температуры тела;

  в. озноб, разбитость во всём теле;

  г. головная боль.

4.Какими путями обычно передаются инфекции?

  а. фекально-оральным;

  б. фекально-капельным;

  в. воздушно-капельным и жидкостным;

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

5.Дополните предложение.

Иммунитет с биологической точки зрения-это…

  а. основа хорошего здоровья каждого человека;

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

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

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

6.Дополните предложение.

Здоровый образ жизни-это…

  а. способ существования разумных существ;

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

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

7.Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

  а. сердечно-дыхательная выносливость;

  б. сердечная сила и дыхательная выносливость;

  в. мышечная сила и выносливость;

  г. скоростные качества и гибкость.

8.Каковы основные признаки отравления человека никотином?

  а. покраснение лица, повышение температуры тела;

  б. кашель, тошнота;

  в. головокружение;

  г. горечь во рту.

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

  а. на щитовидную;

  б. на слюнные и лимфатические;

  в. на поджелудочную;

  г. на половую.

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

  а. на 5 лет                     в. на 10 лет

  б. на 2 года                   г. на 15 лет

11.Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

  а. положить на живот горячую грелку;

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

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

  г. дать понюхать вотку, смоченную нашатырным спиртом;

 12.Вчём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?

  а. уложить пострадавшего на спину;

  б. очистить дыхательные пути пострадавшего;

  в. уложить пострадавшего на бок или живот;

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

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

  а. дать обезболивающие средство;

  б. вызвать «скорую помощь»;

  в. промыть пострадавшему желудок;

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

 14.Дополните предложение.

Боевые традиции-это…

  а. система межличностных отношений в воинских коллективах;

  б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;

  в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;

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

15.Что характерно для любого воинского коллектива?

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

  б. способность сохранять структуру и функции;

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

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

  д. способность быстро изменять организационную структуру.

16. Дополни предложение.

Ордена-это…

  а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;

  б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;

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

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

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

  а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;

  б. орден «За заслуги перед Отечеством»;

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

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

18. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

  а. парадной деятельности;

  б. боевой деятельности;

  в. учебно-боевой деятельности;

  г. повседневной деятельности;

  д. гарнизонной и караульной служб;

  е. боевой учёбы.

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

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

**11 класс**

**Контрольная работа №1 по теме**

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

1.Каковы основные признаки наружного кровотечения?

  а. медленное и тягучее кровотечение;

  б. быстрое и пульсирующие кровотечение;

  в. сильная боль в повреждённой части тела;

  г. кровь ярко-красного цвета;

  д. кровь темно-красного цвета.

2.Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

  а. кровь спокойно вытекает из раны;

  б. кровь фонтанирует из раны;

  в. кровь ярко-красного цвета;

  г. кровь тёмно-красного цвета;

  д. слабость.

3.Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

  а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;

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

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

  г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;

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

4.Как правильно наложить давящую повязку?

  а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

  б. обработать края раны вазелином или кремом;

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

  г. наложить повязку.

5.Укажите признаки внутреннего кровотечения?

  а. порозовение кожи в области повреждения;

  б. посинение кожи в области повреждения;

  в. учащённый слабый пульс и частое дыхание;

  г. кашель с кровянистыми выделениями;

  д. повышение артериального давления;

  е. чувство неутолимого голода.

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

  а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;

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

  в. смазать рану вазелином или кремом;

  г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7.Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

  а. наложением холода на место ушиба;

  б. наложением тепла на место ушиба;

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

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

  а. наложить на повреждённое место холод;

  б. наложить на повреждённое место тепло;

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

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9.Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

  а. обеспечить повреждённой конечности покой;

  б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;

  в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

   а. вправить вышедшие наружу кости;

  б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;

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

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

11.Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

  а. провести иммобилизацию места перелома;

  б. устранить искривление конечности;

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

  г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

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

  а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;

  б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;

  в. на голову пострадавшему положить холод;

  г. вызвать врача.

13.Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

  а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;

  б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

  в. произвести прекардиальный удар в область грудины;

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

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

  а. ополоснуть кожу марганцовкой;

  б. протереть это место спиртом;

  в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;

  г. немедленно промокнуть это место тампоном.

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

  а. продукты содержащие животные и растительные жиры;

  б. мясные продукты;

  в. рыбу и морепродукты;

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

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

  а. орехи;

  б. сыр;

  в. жирные и острые блюда;

  г. копчёное мясо и рыбу.

17.В чём заключается важнейшая задача семьи?

  а. развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;

  б. рождение и воспитание детей;

  в. рождение детей;

  г. развитие духовных качеств супругов.

18.Какой брак официально признан в Российской Федерации?

  а. брак, зарегистрированный в общественной организации;

  б. специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России;

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

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

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

  а. взаимное согласие лиц, вступающих в брак;

  б. достижение обоими брачного возраста-18лет;

  в. недостижение предельного возраста для вступления в брак;

  г. выполнение ограничений в отношении некоторых категорий иностранных граждан.

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

  а. заключение фиктивного брака;

  б. недееспособность или несовершеннолетие вступающего в брак;

  в. обман, угрозы, применённые при заключении брака;

  г. нарушение принципа единобрачия;

  д. преклонный возраст вступающих в брак.

  е. серьёзные различия в общественном положении супругов.

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

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

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

  а. моральная и материальная ответственность;

  б. дисциплинарная ответственность в соответствии с законодательством РФ;

  в. административная  ответственность в соответствии с законодательством РФ;

  г. уголовная ответственность в соответствии с Уголовным кодексом РФ.

4.Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

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

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

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

  г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;

  д. прохождение медицинского освидетельствования.

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

  а. рекомендуется вне очереди - высшая категория профессиональной пригодности;

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

  в. рекомендуется – вторая категория профессиональной пригодности;

  г. рекомендуется условно – третья категория профессиональной пригодности;

  д. не рекомендуется – четвёртая категория профессиональной пригодности.

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

  а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики4

  б. заниматься военно-прикладными видами спорта;

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

  г. обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.

7.Что понимается под социальной позицией личности?

  а. политические взгляды на события и явления;

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

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

  г. определённые обязанности по отношению к другим людям.

8.Что понимается под направленностью личности?

  а. сочетание материального и духовного начала в деятельности личности;

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

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

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

9.Что собой представляет мировоззрение человека?

  а. взгляды личности на определённые события и явления;

  б. система взглядов на состояние окружающей среды;

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

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

10.Какие типы слухов выделяют современные психологи?

  а. пассивные слухи;

  б. агрессивные слухи;

  в. слухи-желания;

  г. слухи-пугала.

11.Дополните предложение?

Честь-это…

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

  б. вежливое и достойное отношение к людям;

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

12.Дополните предложение.

Самовоспитание-это…

  а. коллективная работа по совершенствованию своих человеческих качеств;

  б. конкретные действия по воспитанию окружающих;

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

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

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

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

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