

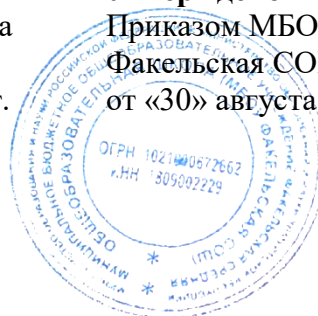
**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Удмуртской Республики  
Управление образования Администрации муниципального образования  
«Муниципальный округ Игринский район»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Факельская средняя общеобразовательная школа

**Рассмотрено** на  
заседании ШМО  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

**Принято** на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

**Утверждено**  
Приказом МБОУ  
Факельская СОШ  
от «30» августа 2023 г. № 155



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 10-11 классов

с.Факел, 2023г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, программы по учебным предметам ОБЖ для общеобразовательных школ (сборник - М.: Просвещение 2010.), полностью отражающей содержание Примерной программы, с дополнениями, не превышающими требования к уровню подготовки обучающихся в условиях реализации стандартов второго поколения в образовательном процессе.

Программа разработана в полном соответствии:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29. 12. 2012 г., №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897 (с последующими изменениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373»;
- Федеральный перечень учебников, утвержденных, рекомендованных Министерством образования РФ (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы среднего общего образования (на текущий учебный год);
- Устав МБОУ Факельская СОШ;
- СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 зарегистрировано Министерством юстиции РФ 03.03.2011 г., рег. №19993;
- Основная общеобразовательная программа среднего общего образования МБОУ Факельская СОШ;
- Положение о рабочей программе для учителей, реализующих ФГОС СОО МБОУ Факельская СОШ.

Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;
- эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;
- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

В программе реализованы требования Конституции РФ и Федеральных законов РФ «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,

«Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан», «Стратегии национальной безопасности РФ.

Цели изучения основ безопасности жизнедеятельности в 10-11 классах общеобразовательных учреждений вытекают из целей изучения предмета в основной школе. Таким образом выполняется принцип преемственности и непрерывности образования в основной и старшей школе.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих **целей**:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; о воинской обязанности и военной службе;
- **воспитание** у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;
- формирование у обучающихся гражданской ответственности и правового сознания, духовности и культуры, в том числе культуры безопасности жизнедеятельности, самостоятельности, инициативности, способности к успешной социализации в обществе;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- **овладение** умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую помощь пострадавшим и самопомощь.

Эти цели соответствуют современным потребностям личности, общества и государства и должны быть успешно реализованы в процессе обучения и воспитания подрастающего поколения.

**Учебно-методическое обеспечение:**

Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Лянная Л.И., Маслов 10 М.В.; под ред. Егорова С.Н.,

Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Лянная Л.И., Маслов 11 М.В.; под ред. Егорова С.Н.

**Общая характеристика курса**

В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности», как ни в каком другом предмете, представлены в единстве все функции процесса обучения: образовательная, развивающая и воспитательная. Эти функции тесно взаимосвязаны и взаимозависимы.

**Образовательная функция** предполагает усвоение учащимися определенного объема общенаучных и специальных знаний и формирование на их основе различных умений и навыков.

**Развивающая функция** обеспечивает, помимо формирования знаний, умений и навыков, общее интеллектуальное развитие учащихся, становление их познавательных качеств и творческой активности.

**Воспитательная функция** формирует волевые, эстетические, нравственные, патриотические и другие качества, диалектическое мировоззрение и как результат – всесторонне и гармонично развитую личность.

Значимость курса обусловлена тем, что в нем реализуются требования Конституции Российской Федерации, ряда важнейших федеральных законов и нормативных правовых документов федерального уровня.

В курсе включен раздел «Основы военной службы», при изучении которого учащиеся не только теоретически знакомятся с военной службой и воинской обязанностью, но и принимают участие в практических занятиях, занимаются военно-прикладными видами спорта.

На занятиях школьники получают систематизированное представление о возможных опасностях, учатся их прогнозировать и вырабатывать безопасный алгоритм действий в конкретных условиях обстановки, обучаются оказанию первой помощи, транспортировке пострадавших, элементарным приемам самозащиты и выживания в природных условиях.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» решает и еще одну немаловажную задачу- он нацелен на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек: наркомании, токсикомании, алкоголизма, курения, знакомит обучаемых с основами репродуктивного здоровья.

Курс является своеобразной базой для проведения целевого ряда внешкольных и внеклассных мероприятий. Это прежде всего Всероссийская олимпиада школьников по основам безопасности жизнедеятельности и Всероссийское детско-юношеское движение «Школа безопасности».

Структурно курс представлен тремя разделами в 10 классе:

- раздел 1 «Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях»;
- раздел 2 « Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»;
- раздел 3 «Основы военной службы».

Структурно курс представлен двумя разделами в 11 классе:

- раздел 1 « Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»;
- раздел 2 «Основы военной службы».

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе Федеральному государственному образовательному стандарту среднего (полного) общего образования.

#### **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» включается во все учебные планы из расчета 1ч в неделю. Кроме того, в течение 10 класса проводятся учебные сборы (практические занятия) по основам военной службы. Продолжительность этих сборов – 5 дней(35ч). Сборы, как правило, организуются и проводятся на базе воинских частей, а там, где нет воинских частей, - при образовательных учреждениях, военно – патриотических молодежных и детских общественных объединениях, оборонно - спортивных оздоровительных лагерях.

Входе сборов учащиеся изучают размещение и быт военнослужащих, организацию караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и медицинской подготовки, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск. Во время сборов проводятся мероприятия по военно – профессиональной ориентации.

Для усвоения основных знаний применяются **следующие формы, методы и средства обучения:**

- **Методы обучения:**

1. *Словесные* (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
2. *Наглядные* (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций материальной базы);

3. *Эвристические* (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. *Практические* (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

- **Формы обучения учащихся на уроке:** *общеклассная, групповая, парная, индивидуальная; урок-беседа, урок-дискуссия, урок-практикум, урок с использованием ИКТ.*

- **Формы контроля** уровня знаний, умений:

1. Устный опрос.
2. Тестирование.
3. Контрольные работы (промежуточные и итоговые).
4. Решение ситуационных задач.
5. Участие в олимпиадах и соревнованиях.

Закрепить теоретические знания учащиеся могут во внеклассных мероприятиях по ОБЖ: День здоровья (1 раз в четверть), Месячник оборонно-массовой работы («Зарница», Малые олимпийские игры, викторины, конкурсы), День защиты детей, Школа безопасности, Месячник безопасности.

В рабочей программе определён необходимый минимум знаний, предусмотренный федеральным государственным стандартом, с учётом нормативно-правовых актов РФ и УР в области безопасности (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О гражданской обороне» и др.).

**Средства контроля и оценки результатов обучения:**

**Все тестовые задания оцениваются:**

- правильный ответ – 1 балл;

- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

«2» - менее 25% правильных ответов.

«3» - от 25% до 50% правильных ответов.

«4» - от 50% до 75% правильных ответов.

«5» - от 75% и более правильных ответов.

**Оценка устных ответов учащихся.**

Отметка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, даёт точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Отметка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Отметка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений,

но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

ОТМЕТКА «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки «3».

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

#### **Оценка письменных контрольных работ.**

Отметка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Отметка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Отметка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

ОТМЕТКА «2» СТАВИТСЯ, ЕСЛИ ЧИСЛО ОШИБОК И НЕДОЧЕТОВ ПРЕВЫСИЛО НОРМУ ДЛЯ ОЦЕНКИ 3 ИЛИ ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЕНО МЕНЕЕ 2/3 ВСЕЙ РАБОТЫ.

**Межпредметные связи.** Основы курса ОБЖ опираются на предметы: география (в том числе география Удмуртии), биология, физика, обществознание, краеведение, физкультура и изучение здорового образа жизни человека.

#### ***Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса***

##### **Личностные результаты:**

- усвоение и соблюдение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, готовности служить ей и защищать ее;
- уважение к государственным символам РФ- гербу, флагу и гимну;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира, осознание своего места в этом мире;
- осознание себя в качестве активного и ответственного гражданина, уважающего закон и правопорядок, правильно понимающего и выполняющего свои конституционные права и обязанности, принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, обладающего чувством собственного достоинства;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми, сформированность коммуникативных навыков общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- готовность и способность к саморазвитию, самовоспитанию и самообразованию, к осознанному выбору будущей профессии, успешной профессиональной и общественной деятельности;

- сформированность основ экологического мышления, осознание влияния социально-экономических процессов на состояние окружающей среды, приобретение опыта бережного и ответственного отношения к природе;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к своему здоровью и здоровью других людей, умение оказывать первую помощь и самопомощь;
- принятие и реализация ценностей здорового и разумного образа жизни, потребность в физическом самосовершенствовании и спортивно-оздоровительной деятельности, непринятии курения, употребления алкоголя и наркотиков;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, ответственный подход к созданию семьи, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- сформированность антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и внеурочной работе, составлять планы и контролировать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого, разрешать конфликты, находя решение на основе согласования позиций и учета интересов;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, умениями в разрешении проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников, достаточная компетентность в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- умение оценивать свои возможности и согласовывать действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- владение языковыми средствами- умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области обеспечения жизнедеятельности;
- владение приемами действий способами применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- сформированность и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

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

- знание основ государственной системы РФ, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений и убеждений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера и асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом и разумном образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание наиболее распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т.д.);
- знание основных мер защиты, в том числе в области гражданской обороны, и правил поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам и используя различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим и самопомощи при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видов поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### **Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

- 1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);



- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### **Личностные результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

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

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

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

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;
- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);

- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

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

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;
- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;
- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоянию людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

#### **Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:**

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

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

– мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;

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

– экологическая культура, бережное отношение к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

– эстетическое отношение к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

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

– ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;

– положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

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

– уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,

– осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;

– готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

– потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;

– готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

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

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

### **Метапредметные результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

#### **✓ Регулятивные универсальные учебные действия**

#### **Выпускник научится:**

– самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

– оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

## **2. Познавательные универсальные учебные действия**

### **Выпускник научится:**

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

## **3. Коммуникативные универсальные учебные действия**

### **Выпускник научится:**

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

## **Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата**

- Слушание объяснений учителя.
- Слушание и анализ выступлений своих товарищей.
- Самостоятельная работа с учебником.
- Работа с научно-популярной литературой.
- Просмотр учебных фильмов.

- Анализ графиков, таблиц, схем.
- Объяснение наблюдаемых явлений.
- Выполнение работ практикума
- Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
- Написание рефератов и докладов.
- Выполнение заданий по разграничению понятий.
- Систематизация учебного материала.

### Содержание учебного предмета, курса-10 класс

Наименование раздела	Количество часов	Содержание учебной темы (содержательные единицы)
<b>Раздел №1. Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях.(21 час)</b>		
<b>Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования</b>	Всего: <u>3 часа</u>	<p>Понятие о выживании и автономном существовании. Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств. Случаи, когда предпочтительнее оставаться на месте аварии. Ситуации, когда принимается решение уйти с места аварии.</p> <p><b>Автономное существование человека в условиях природной среды.</b> Основные правила и действия для выживания в условиях вынужденного автономного существования. Основные способы ориентирования на местности: по компасу, по небесным светилам(солнцу, луне, звездам), по растениям и животным, по местным признакам. Метод движения по азимуту. Оборудование временного жилища: простейшие укрытия и способы их сооружения. Выбор укрытия в зависимости от различных погодных и климатических условий, окружающей местности. Добывание огня: выбор места для костра, алгоритм действия при разведении костра, типы костров в зависимости от предназначения. Обеспечение питанием и водой. Основные правила обеспечения пищей и основные ее источники в условиях</p>

		<p>вынужденного автономного существования. Обеспечение водой. Выбор подходящего источника воды. Меры предосторожности при использовании источника воды: безопасное утоление жажды снегом, фильтрация и обеззараживание воды. Добывание воды из грунта при помощи пленочного конденсатора.</p>
<p><b>Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера</b></p>	<p>Всего: <u>1 час</u></p>	<p>Важность знания правил безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Правила безопасного поведения на улице. Правила безопасного поведения в общественных местах. Подготовка к массовому мероприятию, правила безопасного поведения на нем. Правила безопасного поведения в общественном транспорте и на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения в подъезде дома и в лифте. Понятие о необходимой обороне, ее юридическое обоснование.</p>
<p><b>Уголовная ответственность несовершеннолетних</b></p>	<p>Всего: <u>3 часа</u></p>	<p><b>Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних.</b> Понятие о преступлении. Виды преступлений: небольшой тяжести, средней тяжести, тяжкие и особо тяжкие. Преступления, за совершение которых несовершеннолетние лица подлежат уголовной ответственности. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним. Принудительные меры воспитательного воздействия, назначаемые несовершеннолетним.</p> <p><b>Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств.</b> Преступления, связанные с нанесением ущерба транспортным средствам, оборудованию, коммуникациям, и назначаемые за них наказания. Угон автомобиля и назначаемые за него наказания.</p> <p><b>Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.</b> Понятие о хулиганстве как о грубом</p>

		<p>нарушении общественного порядка, выражающемся в явном неуважении к обществу. Признаки мелкого хулиганства и уголовного наказуемого хулиганства. Обстоятельства, отягчающие ответственность за хулиганство: совершение правонарушения группой лиц по предварительному сговору, совершение правонарушения организованной группой, сопротивление представителю власти. Понятие о вандализме. Преступления, связанные с надругательством над телами умерших, захоронениями и т.п., и ответственность за их совершение.</p>
<p><b>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b></p>	<p>Всего: <u>2 часа</u></p>	<p>Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: при землетрясении; при сходе лавины, оползня, селя, обвала; при внезапном возникновении урагана, бури смерча; при наводнении; при пожаре в здании; при аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ; при аварии на радиационно опасных объектах; при нахождении в зоне лесного пожара; при попадании в завал.</p>
<p><b>Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации (РФ) в области обеспечения безопасности личности, общества и государства</b></p>	<p>Всего: <u>2 часа</u></p>	<p>Основные законы, регламентирующие деятельность государственной власти в области гарантий прав и свобод человека, охраны его жизни и здоровья: Закон Российской Федерации «О безопасности», Федеральный закон «Об обороне», Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Регламентируемые ими цели, задачи, вопросы и нормы. Содержание <b>Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»</b>. Права граждан России в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Обязанности граждан при участии в</p>

		<p>мероприятиях по защите людей и материальных ценностей и в работах по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Содержание <b>Федерального закона «О пожарной безопасности»</b>. Права и обязанности граждан России в области пожарной безопасности.</p> <p>Основные положения <b>Федерального закона «О гражданской обороне»</b>.</p> <p>Основное содержание <b>Федеральных законов «О противодействии терроризму», «О радиационной безопасности населения», «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека(ВИЧ-инфекции)», «О промышленной безопасности опасных производственных объектов», «О безопасности гидротехнических сооружений»</b>.</p> <p>Содержание <b>Федерального закона «О транспортной безопасности»</b>, основные задачи обеспечения транспортной безопасности.</p> <p>Основное содержание <b>Федеральных законов «О качестве и безопасности пищевых продуктов», «О противодействии экстремистской деятельности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О наркотических средствах и психотропных веществах», «Об охране окружающей среды», «О безопасном обращении с пестицидами и агрохимикатами»</b></p> <p>Основные подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.</p>
<p><b>Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время</b></p>	<p>Всего: <u>2 часа</u>, в том числе Контрольных работ: <u>1</u></p>	<p>История создания гражданской обороны.</p> <p><b>Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления.</b> Понятие о гражданской обороне. Основные</p>



		<p>задачи в области гражданской обороны. Руководство гражданской обороной в РФ. Структура органов управления гражданской обороны. Права и обязанности граждан России в области гражданской обороны.</p> <p><b>Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время.</b> Задачи подсистемы РСЧС предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и обеспечения пожарной безопасности, находящейся в сфере деятельности Федерального агентства РФ по образованию. Понятие о плане действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное время и плане гражданской обороны, их примерное содержание. Основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны.</p>
<p><b>Современные средства поражения и их поражающие факторы</b></p>	<p>Всего: <u>4 часа</u></p>	<p><b>Ядерное оружие и его боевые свойства.</b> Понятие о ядерном оружии и ядерном взрыве. Классификация ядерных взрывов. Характеристика поражающих факторов ядерного взрыва: ударной волны, светового излучения, проникающей радиации, радиоактивного заражения, электромагнитного импульса. Зоны радиоактивного заражения.</p> <p><b>Химическое оружие.</b> Понятие о химическом оружии. Признаки применения химического оружия. Понятие о боевых токсических химических веществах (БТХВ). Пути проникновения БТХВ в организм человека. Классификация БТХВ по действию на организм человека и характеристика БТХВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, удушающего, общедовитого, психохимического действия. Классификация БТХВ по тактическому назначению: смертельные, временно выводящие из строя, раздражающие.</p>

		<p><b>Бактериологическое (биологическое) оружие.</b> Понятие о бактериологическом оружии. Понятие о болезнетворных микробах: бактериях, вирусах, риккетсиях, грибах. Характеристика насекомых-вредителей сельскохозяйственных культур. Способы применения бактериологического оружия: аэрозольный, трансмиссивный, диверсионный. Характерные признаки, указывающие на применение бактериологического оружия. Комплекс мер по защите населения.</p> <p><b>Современные обычные средства поражения.</b> Понятие об обычном оружии. Виды обычных средств поражения. Характеристика огневых и ударных средств (боеприпасов): осколочных, фугасных, кумулятивных, битонобойных, зажигательных, объемного взрыва. Воздействие зажигательного оружия на людей и меры защиты от него. Характеристика высокоточного оружия- разведывательно-ударных комплексов и управляемых авиационных бомб.</p>
<p><b>Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время</b></p>	<p>Всего: <u>4 часа</u>, в том числе Контрольных работ: <u>1</u></p>	<p><b>Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.</b> Понятие об оповещении. Система оповещения населения на территории субъекта РФ. Основные и вспомогательные средства оповещения. Локальные системы оповещения и зоны их действия. Оповещение населения в местах массового пребывания людей.</p> <p><b>Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций.</b> Понятие о средствах коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Понятие об убежище. Виды убежищ, их характеристика и внутреннее</p>

		<p>устройство. Понятие о противорадиационном укрытии. Характеристика противорадиационных укрытий и их внутреннее устройство. Понятие об укрытии простейшего типа, их защитные свойства. Размещение людей в убежище и правила поведения в нем.</p> <p><b>Средства индивидуальной защиты населения.</b> <u>Средства защиты органов дыхания (противогазы).</u> Применение противогазов. Классификация противогазов по принципу защитного действия (фильтрующие и изолирующие). Принцип действия фильтрующих противогазов. Понятие об адсорбции, хемосорбции, катализе, фильтрации с использованием противодымного фильтра. Устройство противогаза. Характеристика гражданских противогазов ГП-7, ГП-7 В, ГП-7 ВМ, принцип их действия.</p> <p><u>Средства индивидуальной защиты кожи.</u> Предназначение и виды средств индивидуальной защиты кожи. Характеристика изолирующей спецодежды и одежды из фильтрующих материалов. Применение и характеристика изолирующих и фильтрующих средств защиты кожи- общевойскового защитного комплекта, легкого защитного костюма Л-1, защитной фильтрующей одежды. Правило пользования средствами индивидуальной защиты кожи. Предметы бытовой одежды, пригодные для защиты кожи.</p> <p><u>Медицинские средства защиты.</u> Понятие о медицинских средствах защиты. Аптечка индивидуальная АИ-2, характеристика ее медицинских препаратов, их назначение и применение. Характеристика индивидуальных противохимических пакетов ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10 и правила пользования ими. Проведение</p>
--	--	---

		<p>санитарной обработки при помощи подручных средств.</p> <p><b>Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций (ЧС).</b> Понятие об аварийно-спасательных работах. Характеристика основных видов обеспечения аварийно-спасательных работ: разведки, транспортного, инженерного, дорожного, метеорологического, технического, материального, медицинского обеспечения. Основные этапы аварийно-спасательных работ.</p> <p><u>Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.</u> Понятие о санитарной обработке. Способы и правила проведения частичной санитарной обработки. Проведение полной санитарной обработки при различных заражениях.</p> <p><u>Жизнеобеспечение населения в ЧС.</u> Первоочередные мероприятия по жизнеобеспечению населения в ЧС. Организация и проведение работ по морально-психологической поддержке населения.</p>
<b>Раздел №2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 часа)</b>		
<p><b>Основные инфекционные заболевания и их профилактика</b></p>	<p>Всего: <u>3 часа</u></p>	<p>Микроорганизмы в окружающей среде и их влияние на человека.</p> <p><b>Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний.</b> Классификация микроорганизмов по их влиянию на организм человека. Классификация инфекционных заболеваний, краткая характеристика выделяемых групп. Возбудители инфекционных заболеваний.</p> <p><b>Возникновение и распространение инфекционных заболеваний.</b> Понятие об эпидемии и пандемии. Пути передачи инфекции и их характеристики.</p> <p><b>Иммунитет.</b> Понятие об иммунитете, антигенах, антителах, иммунной реакции организма. Разновидности иммунитета, их</p>

		<p>формирование.</p> <p><b>Профилактика инфекционных заболеваний.</b> Характеристика элементов общей эпидемиологической цепи и меры по предотвращению распространения инфекционных заболеваний. Понятие о карантине.</p> <p><b>Внешние признаки инфекционных заболеваний.</b> Основные проявления инфекционных заболеваний. Понятие об инкубационном периоде инфекционного заболевания. Периоды развития инфекционного заболевания.</p> <p><b>Наиболее распространенные инфекционные заболевания.</b> Возбудитель, пути заражения, основные проявления и течение инфекции, возможные последствия, лечение и профилактика следующих заболеваний: дизентерии, инфекционного (эпидемического) гепатита, ботулизма, пищевых токсикоинфекций, гриппа, дифтерии, краснухи, скарлатины, свинки (эндемического паратита).</p>
<p><b>Значение двигательной активности для здоровья человека</b></p>	<p>Всего: <u>1 час</u></p>	<p><b>Двигательная активность.</b> Понятие о двигательной инфекции. Влияние двигательной инфекции на организм человека. Влияние мышечной работы на систему кровообращения, сопротивляемость заболеваниям, работоспособность и развитие организма. Основные составляющие тренированности организма человека. Понятие о сердечно-дыхательной выносливости. Влияние физических нагрузок на сердечнососудистую и дыхательную системы. Аэробные и анаэробные упражнения, их характеристика. Понятие о мышечной силе и выносливости. Силовые упражнения с внешним сопротивлением и с преодолением веса собственного тела – эффективное средство развития силы мышц. Понятие о скоростных качествах и гибкости, упражнения для их развития.</p>

**Раздел №2. Основы военной службы (9 часов)**

**Вооруженные силы  
РФ-защитники  
нашего Отечества**

Всего: 6 часов

**Введение.** Краткий обзор войн и сражений в русской истории. Важность осознания современным человеком принадлежности к своему народу и истории.

**История создания Вооруженные силы РФ.** Военные дружины на Руси в древности и во времена становления Московского княжества. Военные реформы Ивана IV и Петра I. Военные реформы под руководством Д.А. Милютина. Реформы в военной сфере начала XX века. Вооруженные Силы Советского Союза и РФ.

**Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.** Понятие о Вооруженных Силах. Структура Вооруженных Сил РФ.

Сухопутные войска. История возникновения и развития Сухопутных войск. Характеристика современных Сухопутных войск. Краткая характеристика состава Сухопутных войск-мотострелковых, танковых, ракетных войск и артиллерии, войск противовоздушной обороны, специальных войск.

Военно-воздушные силы. История создания и развития авиации, ее применение в военном деле. Общая характеристика Военно-воздушных сил. Состав и вооружение родов войск Военно-воздушных сил.

Военно-морской флот. История создания Военно-морского флота России. Общая характеристика и состав Военно-морского флота.

*Ракетные войска стратегического назначения.* История применения ракет в военном деле. Характеристика Ракетных войск стратегического назначения и их вооружение.

Войска воздушно-космической обороны. Назначение и задачи

		<p>Войск воздушно-космической обороны.</p> <p><u>Воздушно-десантные войска.</u></p> <p>Характеристика Воздушно-десантных войск, и их вооружение и боевые свойства.</p> <p><u>Тыл Вооруженных Сил.</u> История возникновения и развития тыловых частей, адаптация их к современным условиям. Общая характеристика и задача Тыла Вооруженных Сил.. Средства, используемые Тылом Вооруженных Сил. для выполнения задач.</p> <p><u>Специальные войска.</u> Общая характеристика специальных войск. Характеристика инженерных войск, войск связи, войск радиационной, химической и биологической защиты.</p> <p><b>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.</b> Общая характеристика РФ и гарантии ее безопасности. Понятие об обороноспособности государства и об обороне. Основа обороны РФ. Роль Вооруженных Сил РФ и других структур в осуществлении обороны и защиты государства. Понятие о безопасности, основные функции по обеспечению безопасности. Состав сил, обеспечивающих безопасность государства.</p> <p><b>Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение.</b> Перечень других войск, воинских формирований и органов, в которых осуществляется исполнение военной службы. Комплектование других войск, воинских формирований и органов, их задачи и функции.</p>
<p><b>Воинская обязанность</b></p>	<p>Всего: <u>4 часа</u>, в том числе Контрольных работ: <u>1</u></p>	<p><b>Основные понятия о воинской обязанности.</b> Понятие о воинской обязанности. Структура и содержание воинской обязанности граждан РФ. Понятие о военной</p>

		<p>службе. Особенности военной службы по сравнению с другими видами государственной деятельности и иной деятельности. Военная служба по призыву и добровольном порядке (по контракту).</p> <p><b>Организация воинского учета и его предназначение.</b> Понятие о воинском учете. Процедура первоначальной постановки на воинский учет. Состав и обязанности комиссии по постановке граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Уважительные причины неявки по повестке военного комиссариата.</p> <p><b>Обязательная подготовка граждан к военной службе.</b> Содержание обязательной подготовки к военной службе. Профессиональный психологический отбор и решаемые им задачи. Принятие решения о соответствии конкретного лица определенной должности, специальности и роду войск, вынесение оценки о профессиональной пригодности граждан к военной службе. Нормативы по физической подготовке для нового поколения воинских частей.</p> <p><b>Добровольная подготовка граждан к военной службе.</b> Содержание добровольной подготовки граждан к военной службе. Военно-прикладные виды спорта, культивируемые в Вооруженных Силах РФ как подготовка к военной службе. Подготовка на военных кафедрах гражданских вузов. Обучение в соответствии с дополнительными образовательными программами.</p> <p><b>Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.</b> Процедура запроса первичных сведений о гражданах, подлежащих</p>
--	--	---



		<p>постановке на воинский учет. Порядок обследования граждан, подлежащих учету. Понятие о медицинском освидетельствовании. Вынесение заключения о категории годности гражданина к военной службе.</p>
<p><b>Учебные сборы по основам подготовки к военной службе.</b> (юноши 10 класса, на базе воинской части д.Пирогово УР)</p>	<p>Всего: <u>35 часов</u>, в том числе Контрольных работ: _____ Лабораторных работ: _____ Практических работ: _____ Экскурсий: _____</p>	<p>Повседневная жизнь и деятельность военнослужащих, распорядок дня, размещение и быт. Организация внутренней службы и внутренний порядок. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Обязанности часового. Учеба военнослужащих: строевая подготовка, огневая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, военно-медицинская подготовка.</p>

### Содержание учебного предмета, курса-11 класс

Наименование раздела	Количество часов	Содержание учебной темы (содержательные единицы)
<b>Раздел №1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (13 часов)</b>		
<p><b>Основы здорового образа жизни.</b></p>	<p>Всего: <u>4 часа</u></p>	<p><b>Правила личной гигиены и здоровье.</b> Понятие о гигиене и личной гигиене. <u>Уход за зубами.</u> Общие сведения о зубах. Распространенные стоматологические заболевания (кариес, стоматит), их причины и симптомы. Последствия пренебрежения профилактикой и лечением. Меры профилактики по поддержанию зубов и полости рта в здоровом состоянии. <u>Уход за волосами.</u> Общие сведения о волосяном покрове. Распространенные заболевания кожи головы, их причины и симптомы. Рекомендации по лечению и профилактике себореи. Рекомендации по ежедневному уходу за волосами. <u>Очищение организма.</u> Причины и проявления загрязнения и отравления организма. Общие сведения о наиболее распространенных методиках очищения организма. <b>Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.</b> <u>Семья и ее значение в жизни человека.</u> Понятие о семье. Задачи семьи. Распространенные</p>

		<p>проблемы семейных отношений в современных браках. Основные причины распада ранних браков. Сложности при создании семьи.</p> <p><u>Факторы, влияющие на гармонию совместной жизни.</u> Основные факторы, влияющие на психологическую совместимость. Закон совместимости. Основные качества характера, обеспечивающие совместимость людей. Психологические советы по достижению взаимопонимания и уважительности в семейных отношениях.</p> <p><b>Семья в современном обществе. Законодательство о семье.</b> Основные положения законодательства о семье, действующего в России. Необходимые условия для вступления в брак. Обстоятельства, не позволяющие заключить брак. Основания для признания брака недействительным. Основания для расторжения брака в органе записи актов гражданского состояния или судебном порядке.</p> <p><b>Права и обязанности родителей и детей.</b> Основные права и обязанности родителей. Основания для лишения родительских прав. Основные права и обязанности детей.</p> <p><b>Заболевания, передающиеся половым путем.</b> Понятие о венерических заболеваниях, их опасность для жизни и здоровья людей. Классификация заболеваний, передающихся половым путем.</p> <p><u>Сифилис.</u> Общие сведения о возбудителе заболевания. Проявления заболевания. Течение болезни в различные периоды. Последствия заболевания. Методы диагностирования заболевания и проверки успешности лечения.</p> <p><u>Гонорея.</u> Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Признаки течения заболевания. Последствия заболевания. Методы диагностирования заболевания.</p> <p><u>Грибковые заболевания, трихомониаз, гарднереллез.</u> Понятие о вагинитах и общие сведения об их возбудителях. Симптомы, возникающие при вагинитах. Последствия заболевания.</p> <p><u>Хламидиоз.</u> Общие сведения о заболевании и его возбудителе.</p>
--	--	--

		<p>Симптомы и последствия заболевания. Диагностика и лечение заболевания. <i>Генитальный герпес и генитальные бородавки (кондиломы)</i>. Последствия вирусных заболеваний. Общие сведения о возбудителе герпеса. Признаки и течение болезни. Общие сведения о возбудителе кондилом. Признаки и течение заболевания.</p> <p><u>Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика.</u> Общие сведения о заболевании и его возбудителе. Последствия заболевания. Классификация форм проявления ВИЧ-инфекции. Пути заражения СПИДом. Временные периоды развития ВИЧ-инфекции. Профилактика СПИДа. Диагностика заболевания.</p> <p><u>Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.</u></p> <p>Понятие о заражении венерической болезнью. Заражение венерической болезнью как следствие прямого или косвенного умысла, преступного легкомыслия. Налагаемое УК РФ наказание за заражение венерической болезнью.</p> <p><u>Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.</u> Понятие о преступном деянии в отношении заражения ВИЧ-инфекцией, субъекты подобного преступления. Налагаемое УК РФ наказание за заражение ВИЧ-инфекцией.</p>
<p><b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.</b></p>	<p>Всего: <u>9 часов, в том числе контрольных работ 1</u></p>	<p><b>Первая помощь при кровотечениях и ранениях.</b> <u>Кровотечения.</u> Понятие о кровотечении, причины, вызывающие кровотечения. Виды кровотечений и их характеристика. Признаки наружного артериального и венозного кровотечений. Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий для остановки артериальных кровотечений. Остановка кровотечений путем максимального сгибания конечностей. Наложение кровоостанавливающего жгута: техника выполнения и возможные ошибки. Правила наложения давящей повязки. Остановка поверхностного венозного и капиллярного кровотечений. Признаки внутреннего кровотечения, правила оказания первой помощи.</p>

		<p><u>Ранения.</u> Понятие о ране. Виды ран и их характеристика. Порядок оказания первой помощи при обширной и незначительной ранах. Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок и принцип их наложения. Порядок действий по снятию одежды с пораженной части тела.</p> <p><b>Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах.</b> <u>Ушиб.</u> Причины закрытых повреждений тканей. Признаки ушиба. Порядок оказания первой помощи при ушибах.</p> <p><u>Растяжение.</u> Причины растяжения связок. Признаки растяжения. Порядок оказания первой помощи при растяжениях.</p> <p><u>Курсив.</u> Причины разрывов связок, мышц, сухожилий, сосудов и нервов. Признаки разрывов связок и мышц. Порядок оказания первой помощи при разрывах связок и мышц.</p> <p><u>Вывих.</u> Причины вывихов. Признаки вывиха. Порядок оказания первой помощи при вывихах.</p> <p><u>Перелом.</u> Понятие о переломе. Признаки и виды переломов. Порядок оказания первой помощи при открытых и закрытых переломах. Основные принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших с переломами. Способы иммобилизации верхних и нижних конечностей.</p> <p><b>Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.</b> <u>Нарушение нервной системы, требующие оказание первой помощи.</u> Важность функций нервной системы, возможные последствия при получении травм. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Порядок оказания первой помощи при травмах головы и позвоночника.</p> <p><u>Сотрясение головного мозга.</u> Причины, признаки, симптомы сотрясения головного мозга. Порядок оказания первой помощи при сотрясении головного мозга.</p> <p><b>Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.</b> Причины и возможные последствия травм грудной</p>
--	--	--

		<p>клетки.</p> <p><u>Переломы ребер и перелом грудины.</u> Признаки и симптомы переломов ребер и грудины. Порядок оказания первой помощи при переломе ребер. Понятие о пневмотораксе. Признаки, симптомы закрытого, открытого и клапанного пневмотораксов, порядок оказания первой помощи при них.</p> <p><u>Ушиб брюшной стенки.</u> Причины возникновения и внешние признаки ушиба.</p> <p><u>Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся внутрибрюшным кровотечением.</u> Причины и признаки внутрибрюшного кровотечения.</p> <p><u>Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся разрывом того или иного полого органа.</u> Признаки закрытого повреждения живота. Порядок оказания первой помощи при повреждении живота.</p> <p><u>Ранения живота.</u> Признаки проникающего ранения. Порядок оказания первой помощи при ранении живота.</p> <p><u>Переломы костей таза.</u> Причины и возможные последствия травмирования тазового пояса. Признаки перелома костей таза. Порядок оказания первой помощи при переломах костей таза.</p> <p><b>Первая помощь при травматическом шоке.</b> Понятие о травматическом шоке. Причины травматического шока. Первичный травматический шок и его признаки. Вторичный травматический шок и его признаки. Порядок оказания первой помощи при травматическом шоке.</p> <p><b>Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.</b> Признаки попадания инородных тел в полости носа и правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в глотку и пищевод, правила оказания первой помощи. Признаки попадания инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила оказания первой помощи при попадании инородных тел различной формы в верхние дыхательные пути.</p> <p><b>Первая помощь при остановке сердца.</b> Причины и последствия остановки</p>
--	--	---

		<p>сердца. Признаки остановки сердца, определение пульса на сонной артерии. Первая помощь при остановке сердца.</p> <p><b>Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.</b> Причины острой сердечной недостаточности. Признаки острой сердечной недостаточности и оказание первой помощи.</p> <p><u>Инсульт.</u> Причины и симптомы инсульта. Оказание первой помощи при инсульте.</p>
<b>Раздел №2. Основы военной службы (21 часов)</b>		
<b>Боевые традиции Вооруженных Сил (ВС)</b>	Всего: <u>2 часа</u>	<p><b>Патриотизм и верность воинскому долгу- основные качества защитника Отечества.</b> Понятие о боевых традициях. Боевые традиции российских Вооруженных Сил(ВС). Понятие о героизме, мужестве, воинской доблести и чести. Понятие о чувстве долга и воинском долге.</p> <p><b>Дружба, воинское товарищество-основы боевой готовности воинских частей и подразделений.</b> Понятие о воинском коллективе. Характерные черты воинского коллектива. Понятие о воинском товариществе.</p>
<b>Символы воинской чести.</b>	Всего: <u>4 часа</u>	<p><b>Боевое знамя воинской части- символ воинской части, доблести и славы.</b> Краткая история знамени. Понятие о Боевом знамени. Порядок вручения Боевого знамени воинской части, хранение, охрана и защита Боевого знамени.</p> <p><b>Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</b> Понятие об орденах. Ордена России и СССР. Понятие о медалях и званиях. Наградная система РФ.</p> <p><b>Ритуалы Вооруженных Сил РФ.</b> Понятие о воинских ритуалах. Виды воинских ритуалов. Понятие о Военной присяге. Ритуал приведения к Военной присяге. Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ и порядок его проведения. Проведение ритуала вручения военнослужащим вооружения, военной техники и стрелкового оружия.</p>
<b>Особенности военной службы.</b>	Всего: <u>6 часов</u>	<p><b>Правовые основы военной службы.</b> Основы правового регулирования обеспечения обороны страны и строительства ВС в Конституции РФ. Основопологающие акты в области</p>

		<p>обеспечения обороны и строительства ВС и их краткая характеристика- Федеральные законы «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ». Права и свободы военнослужащих. Структуры и содержание социальных гарантий и компенсаций военнослужащим. Положение, предусмотренные Федеральным законом «Об альтернативной гражданской службе».</p> <p><b>Общевойские уставы ВС РФ-закон воинской жизни.</b> История создания в России воинских уставов. Понятие о воинских уставах, их виды. Содержание боевых и общевойских уставов. Устав внутренней службы ВС РФ. Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.</p> <p><b>Военная присяга-клятва воина на верность Родине- России.</b> История ритуала принятия Военной присяги. Содержание Военной присяги и порядок приведения к ней. Морально-нравственное и правовое значение акта принятия Военной присяги.</p> <p><b>Прохождение военной службы по призыву.</b> Категория граждан, подлежащих призыву на военную службу, освобожденных от призыва, не подлежащих призыву. Граждане, которым предоставляется отсрочка от призыва. Граждане, имеющие право на отсрочку от призыва, случаи, когда за ними сохраняется это право. Состав призывной комиссии и принимаемые этой комиссией решения. Начало и окончание военной службы, порядок присвоения воинских званий. Сущность воинского долга. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.</p> <p><b>Прохождение военной службы по контракту.</b> Категория граждан, имеющих право заключить контракт о прохождении военной службы. Сроки службы по первому и последующим контрактам. Условия, определяемые в контракте о прохождении военной службы. Порядок прохождения и условия военной службы</p>
--	--	---

		<p>по контракту. Права военнослужащих, заключивших контракт о прохождении военной службы.</p> <p><b>Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.</b> Понятие об увольнении с военной службы. Причины, по которым военнослужащий подлежит увольнению с военной службы. Случаи, когда военнослужащие, не имеющие звание офицера и приходящие военную службу по призыву, имеют право на досрочное увольнение. Понятие о запасе ВС РФ. Категории граждан, состоящих в запасе ВС РФ. Разряды граждан, пребывающих в запасе. Категории граждан, освобождаемых от военных сборов.</p> <p><b>Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.</b> Составы и воинские звания военнослужащих, установленные Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе». Значение персональных воинских званий, процедура их присвоения. Виды установленной для военнослужащих военной формы и знаков различия. Порядок получения военной формы одежды при призыве на военную службу.</p> <p><b>Права и ответственность военнослужащих.</b> Понятие о статусе военнослужащих. Реализация общегражданских прав и свобод гражданами, состоящими на военной службе. Особые права военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих: дисциплинарное, административное, материальное, гражданско-правовая, уголовная.</p> <p><u>Дисциплинарная ответственность.</u> Понятие о дисциплинарном проступке. Виды и порядок применения дисциплинарных взысканий.</p> <p><u>Административная ответственность.</u> Понятие об административном правонарушении. Виды и порядок применения административных взысканий.</p> <p><u>Материальная ответственность.</u> Понятие о материальной ответственности и реальном ущербе. Случаи, в которых применяется материальная ответственность (ограниченная и полная)</p>
--	--	---



		<p>в виде денежных взысканий. Порядок привлечения военнослужащих к материальной ответственности.</p> <p><u>Уголовная ответственность.</u> Уголовные преступления и назначаемые виды наказаний. Преступления против военной службы, за которые предусмотрена уголовная ответственность. Наказание за нарушение уставных правил взаимоотношения между военнослужащими.</p>
<p><b>Военнослужащий-защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России.</b></p>	<p>Всего: <u>5 часов</u></p>	<p><b>Военнослужащий- патриот, с честью и доблестью несущий звание защитника Отечества.</b> Главные требования, предъявляемые к солдату. Понятие о патриотизме. Примеры патриотизма народа в русской истории. Понятие о воинском долге, требования воинского долга к военнослужащим. Понятие о воинской дисциплине и ее важность в условиях ведения боевых действий.</p> <p><b>Военнослужащий- специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.</b> Характер и цели обучения военнослужащих. Понятие о системе боевой подготовки. Тактическая, огневая, физическая, техническая, строевая подготовка, изучение общевоинских уставов. Одиночная подготовка военнослужащих. Слаживание подразделений и частей.</p> <p><b>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</b> Цели и виды воинской деятельности. Понятие о боевой деятельности. Характеристика боевых действий. Понятие об учебно-боевой деятельности, ее характеристика. Понятие о повседневной деятельности, ее регламентирование. Главные требования, предъявляемые воинской деятельностью к каждому военнослужащему, важность качеств, необходимых для успешной военной деятельности. Основные профессионально важные качества военнослужащих некоторых видов ВС и родов войск. Коллективный характер воинской деятельности.</p> <p><b>Военнослужащий-подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы</b></p>

		<p><b>РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказов командиров и начальников.</b> Деление военнослужащих на начальников и подчиненных. Понятие о единоначалии. Понятие о дисциплинированности. Виды дисциплинированности. Важность дисциплинированности в боевых условиях. Формирование дисциплинированности как важного качества личности воина.</p> <p><b>Как стать офицером Российской армии.</b> История военно-учебных заведений России. Система военного образования РФ. Правила приема в военные образовательные учреждения профессионального образования: необходимые документы и требования к кандидату. Кандидаты, зачисляемые без проверки общеобразовательной подготовки и вне конкурса, кандидаты, пользующиеся преимущественным правом при зачислении. Обучение в военном образовательном учреждении. Санкции, применяемые к лицам, отчисленным из военного образовательного учреждения: направление для прохождения военной службы по призыву, возмещение средств, затраченных на обучение. Завершение обучения и присвоение офицерского звания.</p> <p><b>Международная миротворческая деятельность ВС РФ.</b> Важность международного сотрудничества в области поддержания стабильности и мира. Участие России в урегулировании конфликтов. Внутренние и международные документы, на основании которых осуществляется миротворческая деятельность. Социальные гарантии и компенсации военнослужащим, проходящим в «горячих» точках.</p>
<p><b>Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов.</b></p>	<p>Всего: <u>2 часа</u></p>	<p><b>Ограничение средств и методов вelenия военных действий в международном гуманитарном праве.</b> Особенности ведения военных действий в XX веке. Основные документы международного гуманитарного права. Цели международного гуманитарного права: защита населения и ограничение при ведении военных действий. Основные</p>

		<p>типы ограничений при ведении военных действий в международном гуманитарном праве: по лицам, объектам, средствам и методам. Главный принцип ведения боевых действий. Запреты в отношении методов и средств ведения боевых действий.</p> <p><b>Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта.</b> Назначение международных отличительных знаков и история их использования. Лица и объекты, находящиеся под защитой и имеющие право на использование отличительных знаков. Последствия недобросовестного использования отличительных знаков. Система гражданской обороны, ее задачи и используемый отличительный знак. Понятие о культурных ценностях. Общая и особая защита культурных ценностей и обозначающие ее специальные отличительные знаки. Отличительный знак защиты установок и сооружений, содержащих опасные силы. Предназначение белого флага. Создание нейтральной зоны и обозначающий ее знак.</p>
<p><b>Психологические основы подготовки к военной службе.</b></p>	<p>Всего: <u>2</u> часа, в том числе Контрольных работ: <u>1</u></p>	<p><b>Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.</b> Понятие о стрессе и дистрессе. Практические советы по подготовке к стрессогенной ситуации и благополучному выходу из нее. Признаки стрессового состояния.</p> <p><b>Личность и социальная роль военного человека.</b> Понятие о личности, социальной позиции, социальной роли. Принятие социальной роли военного человека. Важность знаний о стрессе и собственных психологических особенностях.</p> <p><b>Психологические свойства в структуре личности.</b> Направленность как ведущее психологическое свойство в структуре человеческой личности. Понятие о мировоззрении. Важность наличие у призывника и военнослужащего правильно сформированного мировоззрения.</p> <p><b>Слухи и искаженная информация.</b> Причины и последствия распространения негативных слухов относительно военной службы. Типология слухов.</p>

		<p>Психологические закономерности распространения слухов. Профилактика воздействия слухов на формирование мировоззрения.</p> <p><b>О морально-этических качествах военнослужащих.</b> Понятие о совести. Требование совести, ее основа и проявление. Понятие о чести и достоинстве. Понятие о чести коллектива. Защита Родины как защита личного достоинства.</p> <p><b>Чувства личности и военная служба.</b> Понятие о чувствах и эмоциях личности. Понятие о чувстве патриотизма. Причины психофизиологических трудностей, с которыми сталкиваются призывники и новобранцы.</p> <p><b>Самовоспитание и самосовершенствование личности.</b> Понятие о самовоспитании и самосовершенствовании. Чувство, имеющие способность к развитию. Понятие о сознательном действии. Преодоление внутренних и внешних препятствий ради осуществления цели.</p> <p><b>Психическое саморегулирование и самоанализ.</b> Понятие о психическом саморегулировании. Применение психического саморегулирования. Наиболее известные методы психического саморегулирования. Самоанализ: разновидности, поставленные цели, используемые приемы. Важность ведения записей о ходе исследования своей личности и данных, полученных в ходе самоанализа.</p>
--	--	---

### Тематическое планирование, 10 класс

№ п/п	Дата		Тема урока	Количество часов
	планируемая	фактическая		
			название раздела, количество часов	
<b><u>1. Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях.(21 час)</u></b>				
<i>Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования (3 часа)</i>				
1			ИОТ № 13. Основные причины вынужденного	1

			автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие.	
2,3			Автономное существование в условиях природной среды. Тест №1.	2
<b><i>Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера (1ч.)</i></b>				
4			Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера	1
<b><i>Уголовная ответственность несовершеннолетних (3 часа)</i></b>				
5			Понятие преступления. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних. Тест №2.	1
6			Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств.	1
7			Уголовная ответственность за хулиганство и вандализм.	
<b><i>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (2ч.)</i></b>				
8			Правила безопасного поведения в условиях ЧС природного характера.	1
9			Правила безопасного поведения в условиях ЧС техногенного характера.	1
<b><i>Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации (РФ) в области обеспечения безопасности личности, общества и государства (2 часа)</i></b>				
10,11			Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации (РФ) в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	2
<b><i>Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время (2 часа)</i></b>				
12			Предназначение и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления.	1
13			Организация защиты учащихся общеобразовательных	1

			учреждений от ЧС в мирное и военное время.	
<b><i>Современные средства поражения и их поражающие факторы (4ч.)</i></b>				
14			Ядерное оружие и его боевые свойства. (ИКТ) Химическое оружие. (ИКТ)	1
15			<b>Контрольная работа №1.</b>	1
16			Бактериологическое (биологическое) оружие. (ИКТ).	1
17			Современные обычные средства поражения. (ИКТ). <b>Тест №3.</b>	1
<b><i>Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время (4 часа)</i></b>				
18			Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени. (ИКТ)	1
19			Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.	1
20			Средства индивидуальной защиты населения. (ИКТ)	1
21			Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС.	1
<b><u>2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.- 4 часа.</u></b> <b><i>Основные инфекционные заболевания и их профилактика. (3часа)</i></b>				
22			Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний.	1
23			Профилактика инфекционных заболеваний. (ИКТ)	1
24			Наиболее распространенные инфекционные заболевания.	1
<b><i>Значение двигательной активности для здоровья человека (1ч.)</i></b>				
25			Двигательная активность- обязательное условие здорового образа жизни. (ИКТ)	1
<b><u>3. Основы военной службы.- 9 часов.</u></b> <b><i>Вооруженные Силы (ВС) Российской Федерации (РФ)- защитники</i></b>				

<b>нашего Отечества.- (5 ч.)</b>				
26			История создания ВС России. (ИКТ)	1
27,28			Организационная структура ВС РФ. Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение. (ИКТ)	2
29			Функции и основные задачи ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.. (ИКТ) Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение.	1
30			<b>Контрольная работа №2.</b>	1
<b>Воинская обязанность (4 часа).</b>				
31			Основные понятия о воинской обязанности.	1
34			Организация воинского учета и его предназначение. (ИКТ).	1
33			Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1
34			Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.	1

## Тематическое планирование, 34 часа, 11 класс

№ п/п	Дата		Тема урока	Количество часов
	планируемая	фактическая	название раздела, количество часов	
<b><u>1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.- 13 часа.</u></b>				
<b><i>Основы здорового образа жизни. (4 часа)</i></b>				
1			ИОТ № 13. Правила личной гигиены и здоровье.	1
2			Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1
3			Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1
4			Заболевания, передающиеся половым путем. Тест №1.	1
<b><i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи. (9ч.)</i></b>				
5			Первая помощь при кровотечениях и ранениях. (ИКТ)	1
6,7			Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах. (ИКТ)	2
8			Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника. (ИКТ)	1
9			Первая помощь при травмах груди, живота и области таза. (ИКТ).	
10			Первая помощь при травматическом шоке. (ИКТ). Первая помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел. (ИКТ)	1
11			Контрольная работа 1	1
12			Первая помощь при остановке сердца. (ИКТ).	1
13			Первая помощь при острой недостаточности и инсульте. (ИКТ). Тест №2.	1
<b><u>2. Основы военной службы. -21 часов.</u></b>				



<b><i>Боевые традиции Вооруженных Сил России (2 часа)</i></b>				
14			Патриотизм и верность воинскому долгу- основные качества защитника Отечества.	
15			Дружба, войсковое товарищество- основа боевой готовности воинских частей и подразделений. (ИКТ).	1
<b><i>Символы воинской чести (4 часа)</i></b>				
16			Боевое знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы.	
17			Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. (ИКТ)	1
18			Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
19			Дни воинской славы России. (ИКТ)	1
<b><i>Особенности военной службы (6 часов)</i></b>				
20			Правовые основы военной службы.	
21			Общевойсковые уставы ВС РФ-закон воинской жизни.	1
22			Военная присяга-клятва воина на верность Родине-России.	1
23			Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту.	1
24			Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Воинские звания ВС РФ. Военная форма одежды. (ИКТ)	1
25			Права и ответственность военнослужащих.	1
<b><i>Военнослужащий-защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил (ВС) России. (5 часов)</i></b>				
26			Военнослужащий- патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.	1
27			Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	1
28			Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-	1

			психологическим и профессиональным качествам гражданина.	
29			Военнослужащий-подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказов командиров и начальников.	1
30			Как стать офицером России. (ИКТ). Тест №3.	1
<b><i>Международное гуманитарное право (МГП). Защита жертв вооруженных конфликтов (2 часа)</i></b>				
31			Контрольная работа 2	1
32			Ограничение средств и методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве. Международные отличительные знаки, используемые во время военного конфликта.	1
<b><i>Психологические основы подготовки к военной службе. (2 часа).</i></b>				
33			Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Слухи и искаженная информация.	1
34			О морально-этических качествах военнослужащих. Чувства личности и военная служба. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ.	1

## Оценочные материалы, 10 класс

### Тест №1 .

#### **1. Дополни предложение.**

Выживание человека – это...

- а. активное существование в среде себе подобных;
- б. способ существования белковых тел;
- в. активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;
- г. Активная деятельность, направленная на улучшение качества жизни и здоровья человека в повседневных условиях.

#### **2. Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?**

- а. не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей;
- б. перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- в. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
- г. Сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

#### **3. При каких условиях принимается решение остаться на месте аварии?**

- а. местонахождение ближайшего населённого пункта примерно известно, расстояние до него не далеко.
- б. место происшествия не определено, местность неизвестная и малопроезжая.
- в. сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- г. Большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм;
- д. нет связи только в течении трёх суток.

#### **4. При каких условиях принимается решение об уходе с места аварии?**

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

#### **5. Какие известны основные способы ориентирования на местности?**

- а. по памяти;
- б. по растениям;
- в. по небесным светилам;
- г. По компасу;
- д. по местным признакам.

#### **6. Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?**

- а. наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;
- б. температуру воздуха и насекомых;
- в. наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;
- г. количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

**7. Какие известны основные виды костров?**

- а. опознавательные;
- б. сигнальные;
- в. пламенные и простейшие очаги;
- г. жаровые.

**8. Для чего предназначается опознавательный костёр?**

- а. такого не существует;
- б. для опознавания людей;
- в. для подачи сигналов;
- г. для обозначения границ лагеря.

**9. Для чего предназначается сигнальный костёр?**

- а. такого не существует;
- б. для обеспечения своего местонахождения;
- в. для опознавания людей;
- г. для подачи сигналов внутри лагеря.

**10. Для чего предназначается пламенный костёр?**

- а. такого не существует;
- б. для приготовления пищи;
- в. для просушки вещей;
- г. для освещения поляны лагеря;
- д. для подачи сигналов.

**11. Для чего предназначается простейший очаг?**

- а. для приготовления большого количество пищи;
- б. для приготовления пищи;
- в. для просушки вещей;
- г. для согревания людей, если они ночуют около костра.

**12. Для чего предназначается жаровой костёр?**

- а. для оповещения и обогрева лагеря;
- б. для приготовления большого количества пищи;
- в. для просушки вещей;
- г. для согревания людей, если они ночуют у костра.

**13. Что может послужить основными источниками пищи в условиях автономного выживания?**

- а. насекомые и их личинки;
- б. дикорастущие съедобные растения, водоросли, грибы;
- в. пища животного происхождения;
- г. крупные волосатые гусеницы и черви.

**Тест №2**

**1. Какое физическое лицо признается ребенком?**

- а) несовершеннолетнее лицо в возрасте от 14 до 18 лет;
- б) несовершеннолетнее лицо с момента рождения до достижения им 18 лет (совершеннолетия);
- в) несовершеннолетнее лицо с момента рождения до достижения им 14 лет (малолетний);
- г) несовершеннолетнее лицо в возрасте от 10 до 16 лет.

**2. С какого минимального возраста несовершеннолетний может нести уголовную ответственность?**

- а) с 13 лет;
- б) с 14 лет;
- в) с 15 лет;
- г) с 16 лет.

**3. Какое из перечисленных преступлений влечет уголовную ответственность с 14 лет?**

- а) кража;
- б) мошенничество;
- в) хищение путем использования компьютерной техники;
- г) присвоение найденного имущества.

**4. Какое наказание не может применяться к ребенку?**

- а) арест;
- б) ограничение свободы;
- в) лишение свободы;
- г) пожизненное заключение.

**5. Какое наказание может назначаться осужденному несовершеннолетнему в возрасте от 14 до 16 лет?**

- а) общественные работы;
- б) исправительные работы;
- в) лишение права заниматься определенной деятельностью;
- г) лишение свободы.

**6. На какой срок назначается наказание в виде лишения свободы несовершеннолетнему, впервые совершившему преступление, не представляющее большой общественной опасности?**

- а) 5 лет;
- б) 3 года;
- в) 1 год;
- г) наказание не назначается.

**7. На какой максимальный срок может назначаться наказание в виде лишения свободы в отношении несовершеннолетнего?**

- а) 7 лет;
- б) 10 лет;
- в) 15 лет;
- г) 20 лет.

**8. В каком исправительном учреждении отбывают лишение свободы несовершеннолетние лица?**

- а) в тюрьме;
- б) в исправительной колонии в условиях строгого режима;
- в) в исправительной колонии в условиях общего режима;
- г) в воспитательной колонии.

**9. На какой срок может назначаться арест в отношении несовершеннолетнего?**

- а) до 15 суток;
- б) от 15 суток до 3 месяцев;
- в) от 1 месяца до 3 месяцев;
- г) от 3 до 6 месяцев.

**10. Какое наказание может назначаться несовершеннолетнему с 14 лет в зависимости от наличия самостоятельного заработка или имущества?**

- а) общественные работы;
- б) исправительные работы;
- в) штраф;

г) ограничение свободы.

**11. Подвергаются ли уголовной ответственности лица, совершившие преступления в состоянии алкогольного, наркотического или др. вида опьянения?**

**12. Является ли состояние алкогольного и др. вида опьянения отягчающим обстоятельством при совершении преступления?**

## **Контрольная работа №. 1**

*Вариант 1.*

1. Для какой цели предназначена гражданская оборона Российской Федерации?
2. Какие основные задачи возложены на общеобразовательные учреждения в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
3. Что должен знать и уметь учащийся, чтобы защитить себя и окружающих в чрезвычайной ситуации?

*Вариант 2.*

1. Для выполнения каких основных задач предназначена гражданская оборона Российской Федерации?
2. Графически изобразите систему предупреждения и ликвидации ЧС вашего учреждения.
3. Какие основные документы разрабатываются в образовательном учреждении на случай возникновения чрезвычайной ситуации?

## **Тест №3 .**

### **1. 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 в результате возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;

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

### **2. Из приведенных признаков выберите характеризующие применение бактериологического оружия:**

а. Необычные скопления на определенной местности насекомых и грызунов;

б. Образование за самолетом темных полос, постепенно оседающих на землю;

в. Изменение естественной окраски растений;

г. Наличие в местах глухих разрывов боеприпасов капель жидкости или порошкообразных веществ на почве, растительности и других предметах;

д. Падеж и заболевание животных;

е. У пораженных людей – ощущения раздражения носоглотки, глаз, тяжести в груди;

ж. Наличие насекомых, клещей и грызунов в местах падения авиационных бомб и контейнеров;

з. Возникновение отдельных пожаров.

### **3. Химическое оружие – это оружие массового поражения, действие которого основано на:**

а. Токсических свойствах некоторых химических веществ;

б. Изменении состава воздушной среды в зоне заражения;

в. Применении биологических средств

### **4. Световое излучение – это:**

а. Поток невидимых нейтронов;

- б. Поток лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
- в. Скоростной поток продуктов горения, изменяющий концентрацию атмосферного воздуха.

**5. Что может служить защитой от светового излучения?**

- а. Простейшие средства защиты кожи и органов дыхания;
- б. Любые преграды, не пропускающие свет: укрытия, тень густого дерева, забора и т.п.;

**6. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:**

- а. Избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра облако, 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.

**7. Бактериологическое оружие – это:**

- а. Специальное оружие, применяемое для массового поражения сельскохозяйственных животных и водоемных организмов;
- б. Специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;
- в. Оружие массового поражения людей на определенной территории

**8. Как отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека?**

- а. При вдыхании зараженного воздуха, попадании ОВ в глаза, на кожу, при употреблении зараженной пищи и воды;
- б. С одежды, обуви и головных уборов;
- в. Попадая на средства защиты кожи и органов дыхания.

**9. Чем определяется время действия проникающей радиации на наземные объекты?**

- а. Видом ядерного взрыва;
- б. Мощностью ядерного заряда;
- в. Действием электромагнитного поля, возникающего при взрыве ядерного боеприпаса;
- г. Временем подъема облака взрыва на высоту, при которой гамма – нейтронное излучение практически достигает поверхности земли;
- д. Временем распространения светящейся области при ядерном взрыве, образуемой раскаленными продуктами взрыва и раскаленным воздухом.

**10. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражение глаз человека и пожары?**

- а. Светового излучения;
- б. Проникающей радиации;
- в. Электромагнитного импульса.

**11. Под влиянием ионизации в организме человека возникают биологические процессы приводящие к нарушениям:**

- а. Жизненных функций отдельных органов и развитию лучевой болезни;
- б. Деятельности центральной нервной системы и опорно – двигательного аппарата;
- в. Деятельности сердечно – сосудистой системы и ослаблению зрения.

**12. Из приведенных ответов выберите, чем оценивается опасность химического заражения:**

- а. Токсичностью ОВ и направлением ветра;
- б. Площадью разлива ОВ и рельефом местности;
- в. Возможными потерями населения, отнесенным к площади зоны химического заражения;
- г. Свойством ОВ, условиями местности.

**13. Проникающая радиация – это поток:**

- а. Радиоактивных протонов;
- б. Нейтронов;
- в. Гамма – лучей и нейтронов.

**14. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют после выпадения:**

- а. В первые часы;
- б. В первые сутки;
- в. В течение трех суток.

**15. Электромагнитный импульс – это:**

- а. Химические соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях и проникать в разные сооружения;
- б. Кратковременный электрический разряд большой мощности, возникающей в эпицентре ядерного взрыва и способный выводить из строя электроприборы, электрооборудование и электроустановки на больших расстояниях, в зависимости от зоны действия взрыва;
- в. Кратковременное электромагнитное поле, возникающее при взрыве боеприпаса в результате взаимодействия гамма – лучей и нейтронов, испускаемых при ядерном взрыве, с атомами окружающей среды.

**Контрольная работа №2**

*Вариант 1.*

1. Какими способами производится оповещение населения о чрезвычайной ситуации, и в чем они заключаются?
2. Какие сооружения относятся к средствам коллективной защиты? Что запрещается делать в защитных сооружениях?

*Вариант 2.*

1. На какие виды подразделяются средства индивидуальной защиты населения? Какие защитные средства относятся к каждому из видов?
2. Что такое санитарная обработка? Какие виды санитарной обработки вы знаете, и в чем они заключаются?

**Итоговая контрольная работа, 10 класс**

**Вариант 1.**

**1. В какое время суток солнце на востоке:**

- А) в 6-7 часов;
- Б) в 13 часов;
- В) в 19 часов.

**2. Данный знак  , вытопанный в снегу, означает:**

- А) все в порядке;
- Б) нет;
- В) нужны медикаменты.

**3. В качестве ваты в условиях автономного существования можно использовать:**

- А) пух Иван-чая;
- Б) камыш;
- В) и то и другое.

**4. Данный знак  , вытопанный в снегу, означает:**

- А) не понял;



Б) укажите направление следования;

В) нужна пища.

**5. Какая звезда ночью находится на севере:**

А) Вега;

Б) Полярная звезд;

В) созвездие Кассиопея.

**6. В полдень падающая тень от предметов имеет наименьшую длину и указывает направление на:**

А) юг;

Б) север;

В) запад.

**7. Опасным считается время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите опасное для вас 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.

**8. Каким из нижеперечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой?**

А) Идти кратчайшим путем через дворы, свалки и плохо освещенные места;

Б) Идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;

В) Воспользуетесь попутным транспортом.

**9. В соответствии с УК РФ преступлением признается:**

А) Противоправное действие, посягающее на честь и достоинство граждан;

Б) Действие, сознательно нарушающее требования Конституции РФ, законодательных и нормативно-правовых актов;

В) Öffentlich опасное деяние, запрещенное Уголовным кодексом под угрозой наказания.

**10. К преступлениям небольшой тяжести относятся:**

А) Неосторожные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает одного года лишения свободы;

Б) Умышленные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы;

В) Умышленные и неосторожные деяния, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы.

**11. Тяжкими считаются преступления, совершенные:**

А) Умышленно, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает восьми лет лишения свободы;

Б) Умышленно, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает десяти лет лишения свободы;

В) По неосторожности, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает пяти лет лишения свободы.

**12. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:**

А) Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;

Б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;

В) Система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**13. Ведение гражданской обороны на территории РФ или в отдельных ее местностях начинается:**

А) С началом объявления о мобилизации взрослого населения;

- Б) С момента объявления или введения президентом РФ чрезвычайного положения на территории РФ или в отдельных ее местностях;
- В) С момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения президентом РФ военного положения на территории РФ и в отдельных ее местностях.

**14. Можно ли укрыться от ударной волны, если вы увидели вспышку на значительном расстоянии?**

- А) Нельзя. Свет от яркой вспышки ядерного взрыва распространяется мгновенно, одновременно с ударной волной, поражающей не только здания и постройки, но также людей и животных;
- Б) Единственный способ не подвергнуться поражающему действию ударной волны – заблаговременно укрыться в защитном сооружении (убежище) ГО;
- В) Можно. Яркая вспышка видна на большом расстоянии. Свет распространяется мгновенно, тогда как ударная волна проходит первый километр за две секунды, а затем скорость ее распространения уменьшается. Значит, спустя несколько секунд после взрыва существует реальная возможность укрытия от ударной волны.

**15. Проникающая радиация – это поток:**

- А) Радиоактивных протонов;
- Б) Нейтронов;
- В) Гамма-лучей и нейтронов.

**16. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:**

- А) Избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра облако, 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.

**17. Средства коллективной защиты – это:**

- А) Средства защиты органов дыхания и кожи;
- Б) Легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;
- В) Инженерные сооружения гражданской обороны, защищающие от оружия массового поражения и других современных средств нападения.

**18. От каких факторов оружия массового поражения защищает убежище?**

- А) От всех поражающих факторов ядерного взрыва;
- Б) От всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;
- В) От ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

**19. Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека на 50% зависит от:**

- А) Образа жизни;
- Б) Наследственности;
- В) Состояния медицинского обслуживания населения.

**20. В развитии инфекционного заболевания прослеживаются несколько последовательно сменяющихся периодов. Что это за периоды?**

- А) Скрытый (инкубационный), начало заболевания, активного проявления болезни, выздоровления;
- Б) Предынкубационный, острого развития болезни, пассивный период, выздоровления;
- В) Начальный, инфицирования, опасный, пассивный, заключительный.

**21. К органам иммунной системы человека относятся:**

- А) Легкие, сердце, кровь, головной мозг;
- Б) Почки, легкие, поджелудочная железа, нервная система;
- В) Костный мозг, печень, селезенка, лимфатическая система.

**22. Причины переутомления:**

- А) Продолжительный сон и продолжительный активный отдых;
- Б) Неправильная организация труда и чрезмерная учебная нагрузка;
- В) Позднее пробуждение ото сна, отказ от завтраков и прогулок.

**23. Гиподинамия - это:**

- А) Недостаток движения;
- Б) Избыток движения;
- В) Физическое перенапряжение организма.

**24. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:**

- А) Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот;
- Б) Сухопутные войска, воздушно-десантные войска, ракетные войска стратегического назначения;
- В) Ракетные войска стратегического назначения, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот.

**25. ВДВ - это:**

- А) Вид Вооруженных Сил для боевых действий в тылу противника;
- Б) Род войск для боевых действий в тылу противника;
- В) Войска, обеспечивающие выполнение боевых задач на территории, занятой противником, с применением специальной военной техники.

**Вариант 2.**

**1. В условиях автономного существования для заживления ран можно использовать листья:**

- А) липы;
- Б) подорожника;
- В) одуванчика.

**2. Для повышения выживаемости человека в экстремальной ситуации необходимо:**

- А) повышать уровень психической и физической выносливости;
- Б) учить правильному поведению в экстремальных ситуациях;
- В) и то и другое.

**3. Вы стоите спиной к солнцу в полдень. С какой стороны восток?**

- А) спереди;
- Б) справа;
- В) сзади.

**4. Данный знак  , вытопанный в снегу, означает:**

- А) все в порядке;
- Б) нет;
- В) нужны компас и карта.

**5. Внезапно разразилась сильная гроза. Вы видите, что приближается интенсивные вспышки молнии. Ваши действия:**

- А) прятаться под огромным деревом;
- Б) укрыться под навесом скалы;
- В) найти не выделяющееся на местности укрытие и переждать грозу.

**6. По каким приметам можно определить сторону горизонта?**

- А) по наклону дерева;
- Б) по пологой стороне муравейника;
- В) по течению реки.

**7. Опасным считается время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите опасное для вас время:**

- А) Темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
- Б) Раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке;
- В) Сумерки, заставшие человека одного в лесопарке.

**8. Опасными местами в любое время суток могут быть:**

- А) Подворотни, заброшенные дома, закрытые задние дворы, пустыри, пустующие стройплощадки;
- Б) Парикмахерская, ремонтная мастерская, любой магазин, кафе, бар;
- В) Отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника, видеотека.

**9. Ваши действия, когда вам кажется, что кто-то идет за вами следом?**

- А) Перейти несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежать в людное место;
- Б) Остановиться и выяснить причину преследования;
- В) Бежать к телефонной будке.

**10. К преступлениям средней тяжести относятся:**

- А) Неосторожные действия, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает трех лет лишения свободы;
- Б) Умышленные и неосторожные действия, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает пяти и трех лет лишения свободы, соответственно;
- В) Умышленные действия, за совершение которых максимальное наказание, предусмотренное Уголовным кодексом, не превышает пяти лет лишения свободы.

**11. К особо тяжким преступлениям относятся:**

- А) Неосторожные действия, за совершение которых предусмотрено наказание свыше восьми лет лишения свободы;
- Б) Умышленные преступления, за совершение которых предусмотрено наказание свыше десяти лет лишения свободы или более строгое наказание;
- В) Преступления, совершенные умышленно и по неосторожности, за совершение которых предусмотрено наказание от десяти до пятнадцати лет лишения свободы.

**12. Гражданская оборона – это:**

- А) Система мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время;
- Б) Система обеспечения постоянной готовности органов государственного управления к быстрым и эффективным действиям 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 или вследствие военных действий.

**13. Начальником гражданской обороны образовательного учреждения является:**

- А) Специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления;
- Б) Руководитель образовательного учреждения;
- В) Один из заместителей руководителя образовательного учреждения, прошедший специальную подготовку.

**14. 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 в результате возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;

В) Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

**15. Электромагнитный импульс – это:**

А) Химические соединения, которые способны поражать людей и животных на больших площадях и проникать в разные сооружения;

Б) Кратковременный электрический разряд большой мощности, возникающий в эпицентре ядерного взрыва и способный выводить из строя электроприборы, электрооборудование и электроустановки на больших расстояниях, в зависимости от зоны действия взрыва;

В) Кратковременное электромагнитное поле, возникающее при взрыве боеприпаса в результате взаимодействия гамма-лучей и нейтронов, испускаемых при ядерном взрыве, с атомами окружающей среды.

**16. К коллективным средствам защиты относятся:**

А) Противогазы;-

Б) Средства защиты кожи;

В) Противорадиационные укрытия (ПРУ).

**17. Противогаз служит для защиты органов дыхания, лица и глаз:**

А) От отравляющих веществ;

Б) От радиоактивных веществ;

В) От высоких температур внешней среды.

**Укажите ошибочное утверждение.**

**18. Как отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека?**

А) При вдыхании зараженного воздуха, попадании ОВ в глаза, на кожу, при употреблении зараженной пищи и воды;

Б) С одежды, обуви и головных уборов;

В) Попадая на средства защиты кожи и органов дыхания.

**19. Любая деятельность человека происходит в условиях постоянного воздействия окружающей среды. Какие из приведенных факторов воздействия внешней среды влияют на здоровье человека:**

А) Личные, общественные, индивидуальные, природные, медицинские;

Б) Физические, химические, биологические, социальные, психические;

В) Материальные, политические, расовые, идеологические, умственные.

**20. Что такое инкубационный период?**

А) Время от начала заболевания до выздоровления;

Б) Время от момента внедрения микроорганизма до появления болезни;

В) Время от начала заболевания до момента активного проявления болезни.

**21. Режим жизнедеятельности человека - это:**

А) Установленный порядок работы, отдыха, питания и сна;

Б) Система деятельности человека в быту и на производстве;

В) Индивидуальная форма его существования в условиях среды обитания.

**22. Для движения в организме человека с первых дней его развития формируется:**

А) Опорно-двигательный аппарат;

Б) Центральная нервная система;

В) Сердечнососудистая система.

**23. Пассивный курильщик - это человек:**

А) Находящийся в одном помещении с курильщиком;

Б) Выкуривающий до двух сигарет в день;

В) Выкуривающий одну сигарету натошак.

**24. ВВС- это:**

А) Вид Вооруженных Сил для нанесения ударов по авиационным, сухопутным и морским группировкам противника, его административно-политическим,

промышленно-экономическим центрам в целях дезорганизации государственного и военного управления, нарушения работы тыла и транспорта, а также ведения воздушной разведки и воздушных перевозок;

Б) Вид войск для проведения боевых действий в воздухе, подавления живой силы и техники противника, переброски в заданные районы воздушно-десантных войск, поддержки в военных операциях частей и соединений ВМФ и СВ;

В) Рад войск, обеспечивающий выполнение боевых задач в воздухе при ведении военных действий как на своей территории, так и на территории противника.

#### **25. ВМФ- это:**

А) Рад войск, обеспечивающий выполнение боевых задач па разгрому военно-морских сил противника;

Б) Вид вооруженных сил для нанесения ударов по промышленно-экономическим районам (центрам), важным военным объектам противника и разгрома его военно-морских сил;

В) Вид войск, обеспечивающий решение стратегических и локальных боевых задач с применением специальной военной техники и вооружения.

#### **Темы проектов:**

1. Автономное существование.
2. ЧС природного характера.
3. ЧС техногенного характера.
4. Ориентирование.
5. Современные средства поражения.

#### **Темы творческих работ:**

1. Ядерное оружие.
2. Химическое оружие.
3. Бактериологическое (биологическое) оружие.
4. Микроорганизмы и инфекционные заболевания.
5. Двигательная активность.

### **Оценочные материалы, 11 класс**

#### **Тест №1**

**1.Какие известны факторы воздействия на здоровье человека?**

- а. гомеопатические;
- б. физические;
- в. химические и биологические;
- г. социальные и психические.

**2.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.

**3.Как называется наиболее распространённая форма эрозии зубов?**

- а. аденома; г. кариес;
- б. псориаз; д. коррозия;
- в. герпес;

**4.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.

**5. Как называется болезнь, вызывающая появление на коже головы и в волосах человека белых и желтоватых чешуек?**

- а. диспепсия; в. герпес;
- б. диабет; г. себорея;

**6. 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.

**7. Каким требованием должен удовлетворять материал, из которого изготавливается одежда?**

- а. быть теплопроводным и воздухопроницаемым;
- б. быть теплопроводным и воздухонепроницаемым;
- в. быть гигроскопичным и водосбалансированным;
- г. быть гигроскопичным и водоёмким.

**8. Какие способы очищения организма наиболее распространены?**

- а. специальные диеты;
- б. использование тепла;
- в. применение клизм, голодание;
- г. применение холода;
- д. использование мочегонных и желчегонных средств.

**9. 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.

**10. 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.

**11. 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.

**12. 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.

**13. Каким образом в РФ производится лишение родительских прав?**

- а. только органами МВД России;
- б. только органами опеки;
- в. только органами социальной защиты населения;
- г. только в судебном порядке;

д. только товарищескими судами.

## **Тест №2**

### **1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?**

- а. медленное и тягучее кровотечение;
- б. быстрое и пульсирующее 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 3-5 см 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 тугй 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».

**Тест №3.**

**1. Вооруженные Силы — это:**

- а) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов, находящаяся в постоянной боеготовности для отпора возможной агрессии со стороны других государств;
- б) составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника, владеющая современной военной техникой и вооружением;
- в) вооруженная организация государства, одно из важнейших орудий политической власти.

**2. Под обороной государства понимается:**

- а) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов от агрессии со стороны других государств;
- б) система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите и вооруженная защита Российской Федерации, целостности и неприкосновенности ее территории;
- в) система военных реформ, направленных на совершенствование Вооруженных Сил государства для подготовки их к вооруженной защите от агрессии.

**3. Под воинской обязанностью понимается:**

- а) прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;
- б) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

в) долг граждан нести службу в Вооруженных Силах только в период военного положения и в военное время.

**4. Заключение по результатам освидетельствования категории «Б» означает:**

- а) годен к военной службе с незначительными ограничениями;
- б) временно не годен к военной службе;
- в) ограниченно годен к военной службе.

**5. Общие правила и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:**

- а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- в) Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации.

**6. Военная доктрина – это:**

- а) принятая в государстве на данное время система официальных взглядов на использование средств военного насилия в политических целях, на характер военных задач и способы их решения, на основные направления военного строительства;
- б) план военного строительства на определенный период;
- в) ежегодной анализ военно-политической обстановки на вероятных театрах военных действий;
- г) план подготовки государства к войне.

**7. Военная доктрина РФ состоит из:**

- а) двух основных разделов;
- б) трех основных разделов;
- в) четырёх основных разделов;
- г) пяти основных разделов.

**8. Современная структура Вооруженных Сил РФ включает в себя:**

- а) 5 видов Вооруженных Сил РФ;
- б) 3 вида Вооруженных Сил РФ и 3 рода войск Вооруженных Сил РФ;
- в) 3 вида Вооруженных Сил РФ;
- г) 4 вида Вооруженных Сил РФ.

**9. Артиллерия впервые была выделена в самостоятельный род войск в результате военной реформы:**

- а) Ивана Грозного;
- б) Петра 1;
- в) Д.А. Милютин;
- г) В.А. Сухомятина.

**10. Исполнение обязанностей военной службы относится к разряду:**

- а) специфических профессиональных задач;
- б) общественных задач;
- в) государственных задач;
- г) корпоративных задач.

**11. 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.

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

- а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики

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.

**13. В строевом уставе указано, что строй это:**

а. Установленное уставом размещение военнослужащих и подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

б. расстояние по фронту между военнослужащими (машинами) и подразделениями.

в. Расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

**14. Глубина строя – это :**

а. расстояние по фронту между военнослужащими (машинами) и подразделениями.

б. расстояние в глубину между военнослужащими (машинами) и подразделениями.

в. расстояние между флангами.

г. Расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

**Итоговая контрольная работа, 11 класс**

**Вариант 1.**

**1. Какие функции выполняет кожа человека?**

А) Оберегает организм от механических и химических повреждений, от проникновения во внутреннюю среду патогенных микроорганизмов, регулирует температуру тела, дает возможность осязать предметы, чувствовать боль, тепло, холод;

Б) Защищает внутренние органы от воздействия солнечной радиации, регулирует обмен веществ в организме, дает возможность вредным веществам, скапливающимся в организме, выходить через поры наружу;

В) Оберегает организм от физических воздействий среды обитания, регулирует давление и температуру внутри тела человека в зависимости от параметров среды обитания, создает барьер для проникновения в организм инфекций и болезнетворных бактерий.

**2. Из предложенных выберите ответ, который объясняет, почему волосы можно безболезненно подстригать:**

А) При стрижке не затрагиваются луковицы волос;

Б) Клетки волос содержат пигмент, защищающий волосы, тем более при стрижке;

В) Волосы лишены нервных окончаний.

**3. Одними из лучших для изготовления одежды являются:**

А) Хлопчатобумажные ткани;

Б) Полимерные волокна;

В) Прорезиненные ткани.

**4. К болезням, передаваемым половым путем, относятся:**

А) Сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, генитальный герпес;

Б) Вирусный гепатит, чесотка, дизентерия, туляремия, сибирская язва;

В) Токсикоинфекции, корь, натуральная оспа, столбняк, бешенство.

**5. СПИД практически всегда передается:**

А) Через пищу, пищевые продукты, предметы домашнего обихода и кровососущих насекомых;

Б) При половом контакте с инфицированным человеком, через недостаточно простерилизованные медицинские инструменты, при переливании инфицированной крови;

В) При поцелуях, рукопожатиях, объятиях, при пользовании общественным туалетом, бассейном, душем.

**6. При ослаблении деятельности сердечной мышцы или нарушении сердечного ритма может возникнуть:**

- А) Инсульт;
- Б) Острая сердечная недостаточность;
- В) Остановка сердца.

**7. Причинами инсульта могут быть:**

- А) Мозговое кровотечение, блокирование кровеносного сосуда сгустком крови;
- Б) Пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное переутомление;
- В) Обширные внутренние кровотечения, повреждения головного и спинного мозга.

**8. Кровотечение - это:**

- А) Быстрое выделение крови из органов;
- Б) Истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок;
- В) Выход крови наружу из поврежденных органов.

**9. Из приведенных примеров выберите характеризующие венозные кровотечения:**

- А) Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей;
- Б) Кровь сочится по всей поверхности раны и ее трудно остановить;
- В) Кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

**10. Проводить искусственную вентиляцию легких необходимо при отсутствии у пострадавшего:**

- А) Сердцебиения и дыхания или когда сохранено сердцебиение и самостоятельное дыхание с частотой дыхательных движений до 10 в минуту;
- Б) Координации и речи при непрерывном кашле, приводящем к сбою дыхания;
- В) Сердцебиения, но сохранении самостоятельного дыхания с частотой дыхательных движений более 10 в минуту.

**11. Под воинской обязанностью понимается:**

- А) Установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие, связанные с обороной страны обязанности;
- Б) Прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка допризывников к службе в Вооруженных Силах;
- В) Долг граждан - нести службу в Вооруженных Силах только в период военного положения и в военное время.

**12. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:**

- А) Только в добровольном порядке (по контракту);
- Б) По призыву и в добровольном порядке (по контракту);
- В) Только по призыву - по достижении определенного возраста.

**13. В соответствии с федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе» первоначальная постановка на учет осуществляется:**

- А) С 1 января по 31 марта в год достижения гражданами возраста 16 лет;
- Б) С 1 января по 31 марта в год достижения гражданами возраста 17 лет;
- В) С 1 января по 31 декабря в год достижения гражданами возраста 17 лет.

**14. Гражданин при первоначальной постановке на воинский учет подлежит медицинскому освидетельствованию врачами-специалистами:**

- А) Невропатологом, психиатром, окулистом, отоларингологом, стоматологом, а в случае необходимости — врачами других специальностей;
- Б) Терапевтом, физиотерапевтом, травматологом, психиатром, окулистом, эндокринологом и другими;
- В) Хирургом, терапевтом, кардиологом, физиотерапевтом, пульмонологом, стоматологом, окулистом и другими.

**15. Заключение по результатам освидетельствования категории «Б» означает:**

- А) Годен к военной службе с незначительными ограничениями;

- Б) Временно не годен к военной службе;
- В) Ограниченно годен к военной службе.

**16. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:**

- А) Годен к военной службе с незначительными ограничениями;
- Б) Временно не годен к военной службе;
- В) Не годен к военной службе.

**17. Запас Вооруженных Сил РФ предназначен:**

- А) Для создания резерва военных специалистов;
- Б) Для развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны;
- В) Для развертывания в военное время народного ополчения, обученного военным специалистом.

**18. В каких случаях гражданин РФ имеет право на замену военной службы альтернативной гражданской?**

- А) Если его убеждениям или вероисповеданию противоречит несение военной службы;
- Б) Если его семья или ближайшие родственники ходатайствуют перед военным комиссариатом о замене военной службы на альтернативную;
- В) Если его возраст на момент призыва 25 лет и более.

**19. К общевоинским уставам ВС РФ относятся:**

- А) Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Строевой устав ВС РФ;
- Б) Устав внутренней и гарнизонной служб ВС РФ, Устав караульной службы ВС РФ, Устав корабельной службы, Строевой устав ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ;
- В) Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Строевой устав ВС РФ.

**20. Какой устав определяет предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск?**

- А) Строевой устав ВС РФ;
- Б) Устав внутренней службы ВС РФ.
- В) Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ;

**21. Какой устав определяет: строевые приемы и движения без оружия и с оружием; строи подразделений и воинских частей в пешем порядке и на машинах; порядок выполнения воинского приветствия, проведения строевого смотра; положение Боевого Знамени в строю воинской части, порядок его выноса; обязанности военнослужащих перед построением и в строю и требования к их строевой подготовке, а также способы передвижения военнослужащих на поле боя и порядок действий при внезапном нападении противника?**

- А) Строевой устав ВС РФ;
- Б) Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ;
- В) Дисциплинарный устав ВС РФ.

**22. Каким правовым актом утвержден текст военной присяги?**

- А) Уставом внутренней службы ВС РФ;
- Б) Указом Президента РФ «О создании Вооруженных Сил Российской Федерации».
- В) Федеральным законом РФ «О воинской обязанности и военной службе»;

**23. Какую ответственность несут военнослужащие за проступки, связанные с нарушением воинской дисциплины, норм морали и воинской чести?**

- А) Уголовную;
- Б) Административную.
- В) Дисциплинарную;

**24. Вид ответственности военнослужащих - установленная государством обязанность возмещения в денежной форме причиненного ими материального ущерба - это понятие:**

- А) Дисциплинарной ответственности;
- Б) Административной ответственности военнослужащего.
- В) Материальной ответственности;

**25. Военнослужащие подлежат уголовной ответственности за совершение:**

- А) Как дисциплинарных, так и административных правонарушений;
- Б) Только преступлений против военной службы.
- В) Преступлений общеуголовных и против военной службы;

**Вариант 2.**

**1. Какие продукты питания способствуют здоровью зубов?**

- А) Кондитерские, макаронные и мясные изделия;
- Б) Жирная пища;
- В) Овощи, богатые клетчаткой и кальцием.

**2. Перхоть (себорея) вызывается нарушением обмена веществ в организме. А это означает, что из пищи необходимо исключить:**

- А) Жирные и острые блюда;
- Б) Копченое мясо, рыбу и консервы;
- В) Ограничить употребление овощей и фруктов;

**Какая рекомендация ошибочна?**

**3. Недостатком синтетических материалов является то, что они:**

- А) Плохо впитывают влагу с поверхности кожи;
- Б) Плохо греют;
- В) Проводят электрический ток.

**4. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - это болезнь, имеющая вирусную природу. Вирус СПИДа - вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) поражает:**

- А) Центральную нервную систему, опорно-двигательный аппарат и кровеносную систему человека;
- Б) Внутренние органы: легкие, печень, селезенку, поджелудочную железу, лимфатическую систему, вызывает раковые заболевания разных органов;
- В) Клетки нашего организма, предназначенные для борьбы с вирусной инфекцией, способной поражать клетки головного мозга, вызывая серьезные неврологические расстройства.

**5. Известно более 20 заболеваний, передающихся половым путем, восемь из них могут оказаться смертельными; это, в частности:**

- А) СПИД, гепатиты Б и С, сифилис;
- Б) Грибковые заболевания, трихомоноз;
- В) Псориаз, нейродермит.

**6. Причиной сердечной недостаточности могут быть:**

- А) Ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы;
- Б) Внутреннее и наружное кровотечения, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары;
- В) Тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, размоложение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

**7. Кровотечение бывает следующих видов:**

- А) Венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
- Б) Венозное, артериальное, легочное, носовое;
- В) Поверхностное, глубокое, смешанное.

**8. Можно ли накладывать жесткую шину прямо на тело пострадавшего при иммобилизации?**

- А) Можно только на верхние конечности;
- Б) Можно, закрепив шину так, чтобы между ней и телом было небольшое воздушное пространство;
- В) Нельзя: сначала под шину следует наложить мягкую прокладку (вату, полотенце и т.п.).

**9. Признаки клинической смерти — это отсутствие:**

- А) Сознания, реакции зрачков на свет, пульса на сонной артерии и дыхания;
- Б) Слуха, вкуса, наличие трупных пятен;
- В) Пульса и дыхания, окоченение конечностей.

**10. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту?**

- А) Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- Б) Дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- В) Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя, отчество наложившего жгут.

**11. Военная служба исполняется гражданами:**

- А) Только в Вооруженных Силах РФ;
- Б) В ВС РФ, пограничных войсках федеральной пограничной службы РФ и войсках гражданской обороны;
- В) В ВС РФ, других войсках, органах и формированиях.

**12. Составная часть воинской обязанности граждан РФ, заключающаяся в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства, - это:**

- А) Воинский учет;
- Б) Пребывание в запасе;
- В) Прохождение военной службы по призыву.

**13. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:**

- А) Военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;
- Б) Представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи-специалисты;
- В) Военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог).

**14. Определите, какая из нижеперечисленных причин является неуважительной при неявке гражданина по повестке из военкомата:**

- А) Утеря повестки военного комиссариата;
- Б) Заболевание гражданина, связанное с утратой трудоспособности;
- В) Препятствие, не зависящее от воли гражданина.

**15. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:**

- А) Годен к военной службе;
- Б) Ограниченно годен к военной службе;
- В) Не годен к военной службе.

**16. Заключение по результатам освидетельствования категории «В» означает:**

- А) Годен к военной службе;
- Б) Ограниченно годен к военной службе;
- В) Временно не годен к военной службе.

**17. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает:**

- А) Годен к военной службе;

Б) Ограниченно годен к военной службе;

В) Не годен к военной службе.

**18. Право гражданина РФ на замену военной службы альтернативной гражданской определено:**

А) В законе «О статусе военнослужащих»;

Б) В Конституции Российской Федерации;

В) В законе «Об обороне».

**19. Уставы Вооруженных Сил РФ подразделяются на:**

А) Тактические, стрелковые и общевойсковые;

Б) Уставы родов войск и строевые.

В) Боевые и общевойсковые;

**20. Общевоинские уставы ВС РФ регламентируют:**

А) Тактические действия военнослужащих при ведении военных операций;

Б) Жизнь, быт и деятельность военнослужащих нашей армии;

В) Основы стратегии ведения боевых действий военнослужащих.

**21. Общие права и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:**

А) Строевой устав ВС РФ;

Б) Дисциплинарный устав ВС РФ.

В) Устав внутренней службы ВС РФ;

**22. Какой устав определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб?**

А) Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ;

Б) Дисциплинарный устав ВС РФ;

В) Устав внутренней службы ВС РФ.

**23. Призыву на военную службу подлежат граждане:**

А) Мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоящие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на освобождение от военной службы;

Б) Мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет, состоящие на воинском учете и не пребывающие в запасе;

В) Мужского и, как исключение, женского пола, в возрасте от 18 до 28 лет, прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к военной службе.

**24. Совокупность прав и свобод, гарантированных государством, а также обязанностей и ответственности военнослужащих, установленных законодательством, - это:**

А) Определение статуса военнослужащего;

Б) Установленный Уставом внутренней службы ВС РФ порядок несения военной службы в подразделении;

В) Определенный Строевым уставом ВС РФ перечень функций военнослужащего в военном гарнизоне.

**Темы проектов:**

1. Боевые традиции ВС РФ.

2. Символы воинской чести.

3. Дни воинской славы.

4. Военнослужащий-защитник своего отечества.

**Темы творческих работ:**

1. Кровотечения.



2. Ранения и его виды.
3. Личная гигиена.
4. Заболевания, передающиеся половым путем.
5. Семья в современном обществе. Законодательство о семье.