

2

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Степняковская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

_____ Л.М.Манкевич
от «28»08 2022 г

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора по УВР

_____ Т.В. Крапивка
«29» 08 2022г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Степняковская СОШ»
_____ Л.П. Крапивка
Приказ № 059 ОД_от «30»
08 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся 10-11 классов
на 2022- 2024учебный год уровень базовый ФГОС ООО
Срок реализации 2 года

Учитель: Никулин Николай Владимирович

п. Степняки 2022г

Пояснительная записка

Программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- Федерального закона № 273 – ФЗ(ст.47 п.3 ч.3; ст.48 п.1 ч.1);
- Примерной программы основного общего образования от 8 апреля 2015 г № 1/15 в редакции протокола № 1/20 от 04.02.2020 федерального учебно-методического объединения по общему образованию;
- Положения о рабочей программе МБОУ «Степняковская СОШ»;
- Учебного плана МБОУ «Степняковская СОШ» на 2020-2021 учебный год

Цели и задачи курса – повторение, обобщение, и систематизация знаний по основам безопасности жизнедеятельности, полученных в основной школе. Программа охватывает все разделы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» и кроме того большое внимание уделяется основам военной службы, а также изучение предмета направлено на достижение следующих **целей**, обеспечивающих реализацию личностно-ориентированного (системно – деятельностного) подхода к обучению:

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; об обязанностях граждан по защите государства;

воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;

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

• **формирование** умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Основное содержание программы: 10 класс 34ч 1 ч в неделю

Распределение учебных часов по разделам программы

№ п/п	Тема	Количество часов	Количество практических работ
1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	13 часов	
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	7 часов	5
3.	Основы военной службы	14 часов	
Итого:		34 часа	

Содержание программы

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях – 13ч

Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения –

- правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе;
- правила поведения в ситуациях криминогенного характера, а также поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- уголовная ответственность несовершеннолетних.

Глава 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны –

- Гражданская оборона, основные понятия и определения, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий, организация управления гражданской обороной;
- современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;
- оповещение и информирование населения об опасностях, возникающие в ЧС мирного и военного времени;
- средства индивидуальной защиты;
- организация гражданской обороны в школе.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 7ч

Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний–

- первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях, отработка приемов оказания первой медицинской помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывы связок и мышц;
- характеристика острых состояний- острой сердечной недостаточности и инсульта, оказание первой помощи при инсульте и остановке сердца.

Глава 4. Основы здорового образа жизни -

- понятие о репродуктивном здоровье, формирование правильного взаимоотношения полов, семья в современном обществе, правила личной гигиены;
- инфекции, передаваемые половым путем, СПИД и его профилактика, уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

Раздел 3. Основы военной службы – 14 ч

Глава 5. Вооружённые силы Российской Федерации- защитники нашего отечества и его национальных интересов - 5 часов+1час=6 часов

- Родина и национальная безопасность, история создания, состав Вооруженных Сил РФ;

Глава 6. Боевые традиции Вооружённых сил России -

- патриотизм, верность воинскому долгу - неотъемлемые качества русского воина, основа героизма, память поколений, дружба и войсковое товарищество;

Глава 7. Символы воинской чести .

- боевое знамя воинской части, ордена и медали за воинские заслуги и отличия;
- ритуалы Вооруженных Сил РФ;
- дни воинской славы России.

Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности на дорогах Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль человеческого фактора в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта. Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке. Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за

заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Землетрясения, цунами, наводнения, ураганы, смерчи, оползни и обвалы, лесные пожары — опасные чрезвычайные ситуации природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера — геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства. Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России

Терроризм: общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели.

Наркотизм и национальная безопасность России. Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли

Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций

Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

Основы здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний

Здоровый образ жизни и его составляющие

Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.) Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.

Основы обороны государства

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности. Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ). Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «**Внимание всем!**». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики, Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны общеобразовательного учреждения.

на Обязанности учащихся. Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Памяти поколений — дни воинской славы России.

Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав ВС РФ.. Руководство и управление ВС РФ. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды ВС РФ и рода войск Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск Военно-воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС Военно-Морской флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ Ракетные войска стратегического назначения(РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение Космические войска, их состав и предназначение Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, их предназначение. Войска гражданской обороны, входящие в состав МЧС России, их задачи в мирное и военное время.

Боевые традиции вооружённых сил РФ.

Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. Патриотизм — духовно-нравственная основа личности военнослужащего — защитника Отечества, источник духовных сил воина. Воинский долг — обязанность военнослужащего по вооруженной защите

Отечества. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнять воинский долг. Дружба и войсковое товарищество — основы боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЖ, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться, прежде всего, в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, в готовности к осмысленному применению принципов и правил безопасного поведения в повседневной жизни, соблюдению правил экологического поведения, защите Отечества, бережном отношении к окружающим людям, культурному наследию и уважительном отношении к традициям многонационального народа Российской Федерации и к жизни в целом.

Личностные результаты изучения ОБЖ включают:

1) гражданское воспитание:

сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;

уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;

сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;

готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства;

2) патриотическое воспитание:

сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;

ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых Сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;

сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убежденность и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственное воспитание:

осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;

сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества;

4) эстетическое воспитание:

эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни;

5) ценности научного познания:

сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях);

6) физическое воспитание:

осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;

потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;

осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

7) трудовое воспитание:

готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

8) экологическое воспитание:

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

**Календарно – тематическое планирование
в 10 классе.**

№ урока	Тема	Количес тво часов	Дата.	Факт.
	Тема № 1. Опасные чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасности поведения.	6		
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии .	1		
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1		
3	Правила поведения в условиях Ч С П иТ характера	1		
4	Рекомендации населению по обеспечению безопасности при Ч С..	1		
5	(РСЧС). Ее структура и задачи.	1		
6	Законы и нормативно правовые акты.	1		
7	Г.О основные понятия и определения. Задачи ГО.	1		
8	Современные средства поражения. Их поражающие факторы.	1		
9	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС .	1		
10	Средства индивидуальной защиты	1		
11	Инженерная защита населения от поражающих факторов ЧС	1		
12	Проведения аварийно – спасательных работ в зоне ЧС.	1		
13	ГО в общеобразовательном учреждении.	1		
	Тема № 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	3		
14	Сохранение и укрепление здоровья юношей допризывного возраста	1		
15	Основные инфекционные заболевания и их классификация.	1		
16	Профилактика инфекционных заболеваний.	1		
	Тема №4.Основы здорового образа жизни.	6		

17	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1		
18	Биологические ритмы.	2		
19	Их влияние на работоспособность человека.	3		
20	Значение двигательной активности и физической культуры на здоровья человека.	4		
21	Вредные привычки, их влияние на здоровье.	5		
22	Профилактика вредных привычек.	6		
	Тема № 5. Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества.	6		
23	История создания Вооруженных сил РФ.	1		
24	Организационная структура ВС.	1		
25	Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение.	1		
26	Функции и основные задачи современных ВС России,	1		
27	Реформа Вооруженных сил.	1		
28	Другие войска, их состав и предназначение.	1		
	Тема №6. Боевые традиции ВС России.	3		
29	Патриотизм и верность воинскому долгу.	1		
30	Качество защитника Отечества	1		
31	Тестирование (промежуточная аттестация)	1		
	Тема №7. Символы воинской чести.	3		
32	Боевое Знамя воинской части ..	1		
33	Ритуалы ВС РФ.	1		
34	Ордена – почетные награды за воинские отличия,	1		
Итого.		34		

Учебно-тематический план 11 класс 34ч 1час в неделю

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов	Количество часов на проведение		
			Контрольных работ	Проекты	Практические занятия
1	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	9			
	Тема 1. Основы здорового образа жизни	5			
	Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	4			4
2	Основы военной службы.	25			
	Тема 3. Военная обязанность	10			
	Тема 4. Особенности военной службы	8			
	Тема 5. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России	7			
	Итого	34	0	0	4

; **Основное содержание программы**

Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.(9 часов)

Тема 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. (5 часов)

Основы здорового образа жизни. Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи. Семья в современном обществе. Законодательство о семье Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей. Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. СПИД и его профилактика. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ). Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

Тема 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи. (4 часа)

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

Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью. Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Правила проведения прямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

Раздел II. Основы воинской службы. (25 часов)

Тема 3. Воинская обязанность. (10 часов)

Основные понятия о воинской обязанности. Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе. Организация воинского учета и его предназначение. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил РФ, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

Тема 4. Особенности военной службы. (8 часов)

Правовые основы военной службы, Конституция РФ, Федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права. Уставы ВС РФ их предназначение и основные положения. Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга. Прохождение военной службы по призыву. Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек. Виды ответственности, установленной для военнослужащих. Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.

Тема 5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России. (7 часа)

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

конституционного строя России, народа и Отечества. Военнослужащий —специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил РФ

Календарно-тематический план 11 класс 34 ч в год 1 час в неделю

№ п/п	Тема.	Количес тво часов	Дата.	Факт.
	Модуль №1 Основы здорового образа жизни	5		
1	Правила личной гигиены и здоровья.	1	05.09	
2	Нравственность и здоровье.	1	12.09	
3	Болезни передаваемые половым путем.	1	19.09	
4	СПИД и его профилактика	1	26.09	
5	Семья в современном обществе.	1	03.10	
	Тема 2 Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	4		
6	Пр –р №1. Первая М П при инсульте.	1	10.10	
7	Пр-р№2 Первая М П при травмах	1	17.10	
8	Пр-р №.3 Первая М П при ранениях	1	24.10	
9	Пр-р№4 Первая М П при остановке сердца	1	7.11	
	Тема 3 Воинская обязанность	10		
10	Основные понятия о воинской обязанности		14.11	
11	Организация воинского учета и его предназначение	1	21.11	
12	Первоначальная постановка граждан на воинский учет	1	28.11	
13	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1	05.12	
14	Требования к индивидуально-психологическим профессиональным качествам молодежи	1	12.12	
15	Добровольная подготовка граждан к военной службе	1	19.12	
16	Организация медицинского освидетельствования и обследования граждан при постановке на воинский учет	1	26.12	
17	Категории годности к военной службе	1	09.01	
18	Организация профессионально-психологического отбора граждан	1	16.01	
19	Увольнение с военной службы пребывание в запасе	1	23.01	

	Тема 4 Особенности военной службы.	8		
20	Правовые основы военной службы	1	30.01	
21	Общевоинские уставы -ВС .	1	06.02	
22	Военная присяга- клятва воина .	1	13.02	
23	Призыв на военную службу, время и организация призыва	1	20.02	
24	Прохождение военной службы по призыву	1	27.02	
25	Прохождения военной службы по контракту	1	05.03	
26	Права и ответственность военнослужащих	1	12.03	
27	Альтернативная гражданская служба	1	19.03	
	Тема 5 Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооружённых сил России	7		
28	Военнослужащий- патриот.	1	02.04	
29	Военнослужащий-специалист	1	09.04	
30	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально –психологическим и профессиональным качествам гражданина .	1	16.04	
31	Тестирование (промежуточная аттестация).	1	23.04	
32	Военнослужащий- подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Р Ф выполняющий требования уставов, приказы командиров	1	07.05	
33	Как стать офицером РА Военные образовательные учреждения	1	14.05	
34	Международная(миротворческая) деятельность ВС РФ.	1	21.05	
	Всего часов	34		

Приложение.

Оценочные материалы для промежуточной аттестации по ОБЖ 10класс проведенной в 2023 году

Кодификатор работы.

Раздел	Элементы содержания.
Раздел 1 Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях	
Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее	Определение сторон света Обеззараживание воды Действия в незнакомом темное время суток
ГО и ЧС	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС; Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды; Система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций
Раздел 2.	Оружие массового поражения
Ядерное оружие	Определение. Поражающие факторы оружия массового поражения
Химическое оружие	Определение. Поражающие факторы оружия массового поражения Отравляющие вещества
Бактериологическое Оружие	Определение. Поражающие факторы оружия массового поражения Средства коллективной защиты
Раздел 3. Основы медицинских знаний	
Оказание первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	Общие принципы оказания само помощи Оказание помощи пострадавшему Переломы Венозное, артериальное, легочное, носовое кровотечение

Спецификация работы для промежуточной аттестации по ОБЖ 10класс проведенной в 2021 году

1. Назначение работы – определение уровня подготовки обучающихся 10 класса по **Основам безопасности жизнедеятельности**, проводимой в апреле

2. Содержание работы определяется на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный компонент государственного стандарта среднего образования. **Основы безопасности жизнедеятельности** (Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 05.03.2010 г. №1089).

2. Кодификатор элементов содержания и требований (умений), составленный на основе Обязательного минимума содержания основных образовательных программ и требований к уровню подготовки выпускников основной и средней школы.

3. Характеристика структуры и содержания работы

Работа по ОБЖ состоит из 2-х частей:

часть 1 (1–21) содержит задания с выбором ответа базового уровня сложности;

часть 2 (22–24) содержит задания с кратким ответом повышенного уровня сложности.

Таблица 1. Распределение заданий по частям работы

№	Части работы	Число заданий	Максимальный балл	Тип заданий
1	Часть 1	21	21	Задания с выбором ответа базового уровня сложности
2	Часть 2	3	6	Задания с кратким ответом повышенного уровня сложности
Итого		24	27	

4. Время выполнения работы— 40 минут

5. Дополнительные материалы и оборудование: -не требуется

6. Система оценивания отдельных заданий и работы в целом

За верное выполнение каждого задания **1 части** работы обучающийся получает **1 балл**. За неверный ответ или его отсутствие выставляется **0 баллов**. Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся, правильно выполнивший задания первой части работы, — **21 балл**.

Тестовые задания для промежуточной аттестации 10 класс

1.В солнечный полдень тень указывает направление на:

- а) север ;б) юг;
- в) запад; г) восток.

2.По каким местным приметам можно определить стороны света:

- а) стволам и коре деревьев ,лишайнику и мху, склонам холмов и бугров ,муравейникам, таянию снега;
- б) кустарнику и сухой траве ,направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;
- в) полыньям на водоемах ,скорости ветра ,на правлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.

3.Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

- а) очистка через фильтр из песка, ваты и материи ;
- б) кипячение воды;
- в)очистка через фильтр из песка и материи
- ;г) добавление в воду марганцовки.

4.Опасное время — это время значительного повышения риска для личной безопасности.

Из приведенных примеров определите наиболее опасное время:

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

5.Опасными местами в любое время суток могут быть:

- а) подворотни ,заброшенные дома, задние двory ,пустыри ,пустующие стройплощадки;
- б) парикмахерские ,ремонтные мастерские ,любые магазины, банки ,кафе ,бары;
- в)отделение полиции ,пожарная часть, почта, больница ,поликлиника, видеотека.

6.Каким из нижеперечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:

- а) воспользуетесь попутным транспортом.
- б) идти кратчайшим путем ,пролегающим через двory, свалки и плохо освещенные места;
- в)идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги.

7.Вам кажется, что кто-то идет за вам и следом. Ваши действия:

- а) броситесь бежать к телефонной будке;
- б) остановитесь и выясните причину преследования;
- в) перейдете несколько раз улицу и ,убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место.

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

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды
- ;в)система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

9. Начальником гражданской обороны образовательного учреждения является:

- а) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления
- б) руководитель общеобразовательного учреждения;
- в) один из заместителей и руководителя общеобразовательного учреждения, прошедший специальную подготовку.

10. 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 (подводой);
- б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

11. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

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

12. Химическое оружие — это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

13. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека

- а) в результате вдыхания зараженного воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении зараженной пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

16. 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 для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения.

18. Из приведенных определений здоровья выберите то, которое принято Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):

- а) здоровье человека — это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом;
- б) здоровье человека — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;
- в) здоровье человека — это отсутствие болезней и физических недостатков.

19. Кровотечение бывает следующих видов:

- а) поверхностное, глубокое, смешанное

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) венозное, артериальное, капиллярное, смешанное.

20 При оказании первой медицинской помощи в случае перелом а запрещается:

а) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;

б) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;

в) останавливать кровотечение.

21. При иммобилизации бедра, обязательно должна захватывать:

а) три сустава;

б) два сустава (выше и ниже перелома);

в) два или три, в зависимости от наличия шин или подручных материалов.

Часть 2

22. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся....

23. Боевые традиции—это....

24. К общевоинским уставам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся.....

Критерии и ответы для итоговой контрольной работы по ОБЖ10класс.

Ответы

1. а
2. а
3. б
4. б
5. а
6. в
7. в
8. а
9. б
10. в
11. б
12. а
13. а
14. а
15. в
16. в
17. в
18. б
19. в
20. а
21. б

22. Ракетные войска стратегического назначения ,Сухопутные войска ,Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской Флот

23. Исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила ,обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с образцовым выполнением боевых задачи несением воинской службы

24. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации ,Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации ,Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;

25. *Критерии оценивания*

30-26 прав .ответов, оценка«5»

25-21 прав .ответов, оценка«4»

20-15 прав. ответов, оценка«3»

менее 15 прав. Ответов ,оценка«2»

**Оценочные материалы по ОБЖ для промежуточной аттестации проведенной в
11классе в2023году**

Кодификатор работы.

Разделы.	Элементы. содержания.
Раздел 1. Семья и брак	
Семья – ячейка общества	Заключение брака Кодекс о браке и семье Расторжение брака
Институт семьи и брака	Брачные отношения. Возраст брачных отношений
Раздел 2.	
Воинская . обязанность	
Оборона РФ	Границы РФ Нарушение границы. Роды и виды войск
Воинская служба	Призывной возраст. Призыв в армию РФ Прохождение мед .Комиссий Срок и прохождения воинской службы
Раздел 3. Основы медицинских знаний	
Оказание первой медицинской помощи	Общие принципы оказания самопомощи. Оказание помощи пострадавшему Виды кровотечений Наложение жгута. Виды ушибов

Спецификация работы

1. Назначение работы – определение уровня подготовки обучающихся 11 класса

Основам безопасности жизнедеятельности, проводимой в мае

2. Содержание работы определяется на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования. Основное общее образование **Основы безопасности жизнедеятельности** (Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего ,основного общего и среднего (полного) общего образования» от 05.03.2004 г. № 1089).

2. Кодификатор элементов содержания и требований (умений), составленный на основе Обязательного минимума содержания основных образовательных программы Требования к уровню подготовки выпускников основной и средней школы.

3. Характеристика структуры и содержания работы

Работа по ОБЖ состоит из 2-х частей:

часть 1 (1–16) содержит задания с выбором ответа базового уровня сложности;

часть 2 (17-18) содержит задания с кратким ответом повышенного уровня сложности.

Таблица 1. Распределение заданий по частям работы

№	Части работы	Число заданий	Максимальный балл	Тип заданий
1	Часть1	16	16	Задания с выбором ответа базового уровня сложности
2	Часть2	1	3	Задания с кратким ответом повышенного уровня сложности
Итого		17	19	

4. Время выполнения работы – 40 минут

5. Дополнительные материалы и оборудование: -не требуется

Система оценивания отдельных заданий и работы в целом

За верное выполнение каждого задания **1 части** работы обучающийся получает 1балл. За неверный ответ и его отсутствие выставляется 0баллов .Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся, правильно выполнивший задания первой части работы,— **16 баллов. 2 части 4балла.Общееколичество баллов 20**

Тестовые задания для промежуточной аттестации 11 класс

1. Основами законодательства о браке и семье установлены обязательные условия для заключения брака. Что к ним относится?

- а) достижение лицами, вступающими в брак, минимального брачного возраста;
- б) взаимная осведомлённость о состоянии здоровья и имущественном положении;
- в) отсутствие значительной разницы в возрасте;
- г) взаимное согласие будущих супругов.

2. В соответствии с Кодексом о браке и семье заключение брака происходит после подачи желающими вступить в брак заявления в орган ЗАГС по истечении:

- а) 2 месяцев;
- б) 2 недель;
- в) 1 месяца.

3. Для обеспечения совместимости с другими людьми требуется три основных качества характера:

- а) способность критически относиться к себе, терпимость, доверие;
- б) доброжелательность, понимание, красноречие;
- в) волевые качества, темперамент, настойчивость.

4. В России официальным признаётся гражданский брак, который:

- а) официально не зарегистрирован, но личные и имущественные отношения между мужчиной и женщиной продолжались не менее 3 лет;
- б) зарегистрирован в органах записи актов гражданского состояния, то есть в ЗАГСе;
- в) зарегистрирован в территориальных органах внутренних дел по месту жительства мужа или жены.

5. Из приведённых ниже ответов выберите тот, в котором определены препятствия для заключения брака, установленные в статье 10 «Основ законодательства о браке и семье», то есть не допускается заключение брака:

- а) между лицами, из которых хотя бы одно уже состоит в другом браке, между полнородными и не полнородными братьями и сёстрами;
- б) между лицами, отбывающими наказание за совершение преступлений, предусмотренных Уголовным Кодексом РФ, и лицами, находящимися под судом и следствием;
- в) между лицами разной национальности и разного вероисповедания.

6. Брак может быть расторгнут:

- а) по заявлению совершеннолетних детей супругов;
- б) по заявлению одного из супругов или их ближайших родственников;
- в) по заявлению обоих супругов или по просьбе одного из них.

7. Кровотечение бывает следующих видов:

- а) венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
- б) венозное, артериальное, лёгочное, носовое;

в)поверхностное ,глубокое ,смешанное.

8.Почему при кровотоении нельзя накладывать жгут более30 мину

- а)возможно свёртывание крови ниже места наложения жгута
- б) возможно омертвление конечности ниже места наложения жгута
- в)возможно разрушение эритроцитов выше места наложения жгута.

9.Чтобы остановить носовое кровотечение нужно:

- а)запрокинуть голову назад ,сделать несколько вдохов через нос и высморкаться ,вести в ноздри тампоны;
- б) запрокинуть голову назад, на область носа положить холод;
- в)Наклонить голову слегка вперёд,сжать нос на3 минуты, в ноздри в веститампоны,смоченные3% раствором перекиси водорода, на нос– холод.

10.Каков признак черепно-мозговой травмы

- а)временная потеря речи;
- б) кровотечение из области головы;
- в)временная потеря сознания.

11.Расположите по увеличению степени тяжести виды черепно-мозговой травмы:

- а)ушиб головного мозга;
- б) сотрясение головного мозга;
- в)сдавливание головного мозга.

12.Какие условия необходимо обеспечить пострадавшему с подозрением на сотрясение головного мозга:

- а)дать таблетку от головной боли
- б) обеспечить покой;
- в)уложить в безопасное положение.

13Что такое оборона Российской Федерации?

- А. Военное учреждение;
- Б.Военные законы;

В.Система политических, экономических ,военных, социальных, правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к вооружённому нападению на противника;

Г. Система политических, экономических, военных ,социальных ,правовых и иных мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения.

14 Что представляет собой военная служба?

- А. Особый вид наказания граждан Российской Федерации;
- Б.Военная служба имеет приоритет перед другими видами государственной службы ,осуществляется только на воинских должностях в армии на флоте;

В.Особый вид общественной работы граждан Российской Федерации;

15.Как называются люди ,находящиеся на военной службе?

- А. Гражданами;
- Б.Военнообязанными
- В.Призывниками;
- Г. Военнослужащими.

16.В каком возрасте призывают мужчину на военную службу в Российскую армию?

- А. От 16 до 18 лет;
- Б. От 18 до 27 лет;
- В. От 28 до 32 лет;
- Г. От 33 до 35 лет.

Часть 2

17. Парень из студенческого отряда, работающего в Зеленограде, решил искупаться. Нырнул – и неудачно. Из воды его вытащили с тяжёлой травмой: у пострадавшего был перелом позвоночника с повреждением спинного мозга. Товарищи, не теряя времени, уложили потерпевшего на палатку, перевезли в лодке через реку и доставили в больницу, но, к сожалению, поздно.

Какие ошибки, приведшие к смерти пострадавшего, допустили спасатели

