

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных  
предметов №8»

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

 Белякова Н.В.

29 августа 2023 г.

ПРИНЯТО

на заседании  
Педагогического совета

Протокол от 30 августа

2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Ю.В.Орсаг

приказ от 30 августа 2023 г. №275

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень»**

**для обучающихся 10 – 11 классов**

**(новая редакция)**

г. Вологда  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») – (далее – программа ОБЖ) разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания, Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП СОО.

Содержание программы ОБЖ выстроено в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, преемственности приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Программа ОБЖ обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЖ, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; продолжения освоения содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная ситуация, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация и разумного построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни с учётом актуальных вызовов и угроз в природной, техногенной, социальной и информационной сферах.

Программа ОБЖ обеспечивает:

- формирование личности выпускника с высоким уровнем культуры и мотивации ведения безопасного, здорового и экологически целесообразного образа жизни;
- достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, соответствующего интересам обучающихся и потребностям общества в формировании полноценной личности безопасного типа;
- взаимосвязь личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета ОБЖ на уровнях основного общего и среднего общего образования;
- подготовку выпускников к решению актуальных практических задач безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни.

Содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено отдельными модулями (тематическими линиями), обеспечивающими

системность и непрерывность изучения предмета на уровнях основного общего и среднего общего образования:

Модуль № 1. «Основы комплексной безопасности».

Модуль № 2. «Основы обороны государства».

Модуль № 3. «Военно-профессиональная деятельность».

Модуль № 4. «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций».

Модуль № 5. «Безопасность в природной среде и экологическая безопасность».

Модуль № 6. «Основы противодействия экстремизму и терроризму».

Модуль № 7. «Основы здорового образа жизни».

Модуль № 8. «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи».

Модуль № 9. «Элементы начальной военной подготовки».

В целях обеспечения преемственности в изучении учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования рабочая программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости безопасно действовать».

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В современных условиях с обострением существующих и появлением новых глобальных и региональных вызовов и угроз безопасности России (резкий рост военной напряжённости на приграничных территориях; продолжающееся распространение идей экстремизма и терроризма; существенное ухудшение медико-биологических условий жизнедеятельности; нарушение экологического равновесия и другие) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека. В данных обстоятельствах огромное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на воспитание личности безопасного типа, формирование гражданской идентичности, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни.

ОБЖ является открытой обучающей системой, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области

безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, которая имеет междисциплинарный характер, основываясь на изучении проблем безопасности в общественных, гуманитарных, технических и естественных науках. Это позволяет формировать целостное видение всего комплекса проблем безопасности (от индивидуальных до глобальных), что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для выпускников построение адекватной модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Изучение ОБЖ направлено на достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у выпускников умений распознавать угрозы, снижать риски развития опасных ситуаций, избегать их, самостоятельно принимать обоснованные решения в экстремальных условиях, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций. Такой подход содействует воспитанию личности безопасного типа, закреплению навыков, позволяющих обеспечивать благополучие человека, созданию условий устойчивого развития общества и государства.

### **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Целью изучения ОБЖ на уровне среднего общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;
- знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Всего на изучение учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования отводится 68 часов (по 34 часа в каждом классе).

### **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

#### **Модуль № 1. «Основы комплексной безопасности».**

Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе.

Корпоративный, индивидуальный, групповой уровень культуры безопасности. Общественно-государственный уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

Личностный фактор в обеспечении безопасности жизнедеятельности населения в стране.

Общие правила безопасности жизнедеятельности.

Опасности вовлечения молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность. Ответственность за нарушения общественного порядка. Меры противодействия вовлечению в несанкционированные публичные мероприятия.

Явные и скрытые опасности современных развлечений молодёжи. Зацепинг. Административная ответственность за занятия зацепингом и руфингом. Диггерство и его опасности. Ответственность за диггерство. Паркур. Селфи. Основные меры безопасности для паркура и селфи. Флешмоб. Ответственность за участие во флешмобе, носящем антиобщественный характер.

Как не стать жертвой информационной войны.

Безопасность на транспорте. Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания).

Обязанности участников дорожного движения. Правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей.

Правила безопасного поведения в общественном транспорте, в такси, маршрутном такси. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара на транспорте.

Безопасное поведение на различных видах транспорта.

Электросамокат. Питбайк. Моноколесо. Сегвей. Гироскутер. Основные меры безопасности при езде на средствах индивидуальной мобильности.

Административная и уголовная ответственность за нарушение правил при вождении.

Дорожные знаки (основные группы). Порядок движения. Дорожная разметка и её виды (горизонтальная и вертикальная). Правила дорожного движения, установленные для водителей велосипедов, мотоциклов и мопедов. Ответственность за нарушение Правил дорожного движения и мер оказания первой помощи.

Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте. Как действовать при аварийных ситуациях на воздушном, железнодорожном и водном транспорте.

Источники опасности в быту. Причины пожаров в жилых помещениях. Правила поведения и действия при пожаре. Электробезопасность в повседневной жизни. Меры предосторожности для исключения поражения электрическим током. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Средства бытовой химии. Правила обращения с ними и хранения. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними.

Информационная и финансовая безопасность. Информационная безопасность Российской Федерации. Угроза информационной безопасности.

Информационная безопасность детей. Правила информационной безопасности в социальных сетях. Адреса электронной почты. Никнейм. Гражданская, административная и уголовная ответственность в информационной сфере.

Основные правила финансовой безопасности в информационной сфере. Финансовая безопасность в сфере наличных денег, банковских карт. Уголовная ответственность за мошенничество. Защита прав потребителя, в том числе при совершении покупок в Интернете.

Безопасность в общественных местах. Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Правила безопасного поведения при проявлении агрессии, при угрозе возникновения пожара.

Порядок действий при попадании в опасную ситуацию. Порядок действий в случаях, когда потерялся человек.

Безопасность в социуме. Конфликтные ситуации. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия буллингу и проявлению насилия.

**Модуль № 2. «Основы обороны государства».**

Правовые основы подготовки граждан к военной службе. Стратегические национальные приоритеты. Цели обороны. Предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации. Войска, воинские формирования, службы, которые привлекаются к обороне страны.

Составляющие воинской обязанности в мирное и военное время. Организация воинского учёта. Подготовка граждан к военной службе. Заключение комиссии по результатам медицинского освидетельствования о годности гражданина к военной службе.

Допризывная подготовка. Подготовка по основам военной службы в образовательных организациях в рамках освоения образовательной программы среднего общего образования. Подготовка граждан по военно-учётным специальностям солдат, матросов, сержантов и старшин в различных объединениях и организациях. Составные части добровольной подготовки граждан к военной службе. Военно-прикладные виды спорта. Спортивная подготовка граждан.

Вооружённые Силы Российской Федерации – гарант обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. История создания российской армии. Победа в Великой Отечественной войне (1941–1945). Вооружённые Силы Советского Союза в 1946–1991 гг. Вооружённые Силы Российской Федерации (созданы в 1992 г.).

Дни воинской славы (победные дни) России. Памятные даты России.

Стратегические национальные приоритеты Российской Федерации. Угроза национальной безопасности. Повышение угрозы использования военной силы.

Национальные интересы Российской Федерации и стратегические национальные приоритеты. Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Стратегические цели обороны. Достижение целей обороны. Военная доктрина Российской Федерации. Основные задачи Российской Федерации по сдерживанию и предотвращению военных конфликтов. Гибридная война и способы противодействия ей.

Структура Вооружённых Сил Российской Федерации. Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации. Воинские должности и звания в Вооружённых Силах Российской Федерации. Воинские звания военнослужащих. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.

Современное состояние Вооружённых Сил Российской Федерации. Совершенствование системы военного образования. Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ». Модернизация вооружения, военной и специальной техники в Вооружённых

Силах Российской Федерации. Требования к кандидатам на прохождение военной службы в научной роте.

### **Модуль № 3. «Военно-профессиональная деятельность».**

Выбор воинской профессии. Индивидуальные качества, которыми должны обладать претенденты на командные должности, военные связисты, водители, военнослужащие, находящиеся на должностях специального назначения.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ России, МЧС России.

Воинские символы и традиции Вооружённых Сил Российской Федерации. Ордена Российской Федерации – знаки отличия, почётные государственные награды за особые заслуги.

Традиции, ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации. Воинский долг. Дружба и войсковое товарищество. Порядок вручения Боевого знамени воинской части и приведения к Военной присяге (принесения обязательства).

Ритуал подъёма и спуска Государственного флага Российской Федерации. Вручение воинской части государственной награды.

Призыв граждан на военную службу. Воинская обязанность граждан Российской Федерации в мирное время, в период мобилизации, военного положения и в военное время. Граждане, подлежащие (не подлежащие) призыву на военную службу, освобождение от призыва на военную службу. Отсрочка от призыва граждан на военную службу. Сроки призыва граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба.

### **Модуль № 4. «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций».**

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (2021). Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций (на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения чрезвычайных ситуаций и других).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и основные задачи РСЧС. Функциональные и территориальные подсистемы РСЧС. Структура, основные задачи, деятельность МЧС России.



Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Цель и задачи ОКСИОН. Режимы функционирования ОКСИОН.

Гражданская оборона и её основные задачи на современном этапе. Подготовка населения в области гражданской обороны. Подготовка обучаемых гражданской обороне в общеобразовательных организациях. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Составные части системы оповещения населения. Действия по сигналам гражданской обороны. Правила поведения населения в зонах химического и радиационного загрязнения. Оказание первой помощи при поражении аварийно-химически опасными веществами. Правила поведения при угрозе чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий. Эвакуация гражданского населения и её виды. Упреждающая и заблаговременная эвакуация. Общая и частичная эвакуация.

Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и средства индивидуальной защиты кожи. Использование медицинских средств индивидуальной защиты.

Инженерная защита населения и неотложные работы в зоне поражения. Защитные сооружения гражданской обороны. Размещение населения в защитных сооружениях.

Аварийно-спасательные работы и другие неотложные работы в зоне поражения. Задачи аварийно-спасательных и неотложных работ. Приёмы и способы выполнения спасательных работ. Соблюдение мер безопасности при работах.

**Модуль № 5. «Безопасность в природной среде и экологическая безопасность».**

Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Ориентирование на местности. Современные средства навигации (компас, GPS). Безопасность в автономных условиях.

Чрезвычайные ситуации природного характера (геологические, гидрологические, метеорологические, природные пожары). Возможности прогнозирования и предупреждения.

Экологическая безопасность и охрана окружающей среды. Нормы предельно допустимой концентрации вредных веществ. Правила использования питьевой воды. Качество продуктов питания. Правила хранения и употребления продуктов питания.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Федеральный закон от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды».

Средства защиты и предупреждения от экологических опасностей. Бытовые приборы контроля воздуха. TDS-метры (солемеры). Шумомеры. Люксметры. Бытовые дозиметры (радиометры). Бытовые нитратометры.

Основные виды экологических знаков. Знаки, свидетельствующие об экологической чистоте товаров, а также о безопасности их для окружающей среды. Знаки, информирующие об экологически чистых способах утилизации самого товара и его упаковки.

### **Модуль № 6. «Основы противодействия экстремизму и терроризму».**

Разновидности экстремистской деятельности. Внешние и внутренние экстремистские угрозы.

Деструктивные молодёжные субкультуры и экстремистские объединения. Терроризм – крайняя форма экстремизма. Разновидности террористической деятельности.

Праворадикальные группировки нацистской направленности и леворадикальные сообщества. Правила безопасности, которые следует соблюдать, чтобы не попасть в сферу влияния неформальной группировки.

Ответственность граждан за участие в экстремистской и террористической деятельности. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за участие в экстремистской и террористической деятельности.

Противодействие экстремизму и терроризму на государственном уровне. Национальный антитеррористический комитет (НАК) и его предназначение. Основные задачи НАК. Федеральный оперативный штаб.

Уровни террористической опасности. Принятие решения об установлении уровня террористической опасности. Меры по обеспечению безопасности личности, общества и государства, которые принимаются в соответствии с установленным уровнем террористической опасности.

Особенности проведения контртеррористических операций. Обязанности руководителя контртеррористической операции. Группировка сил и средств для проведения контртеррористической операции.

Экстремизм и терроризм на современном этапе. Внутренние и внешние экстремистские угрозы. Наиболее опасные проявления экстремизма. Виды современной террористической деятельности. Терроризм, который опирается на религиозные мотивы. Терроризм на криминальной основе. Терроризм на национальной основе. Технологический терроризм. Кибертерроризм.

Борьба с угрозой экстремистской и террористической опасности. Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность. Формирование антитеррористического поведения. Праворадикальные группировки нацистской направленности и леворадикальные сообщества. Как не стать участником или жертвой молодёжных право- и леворадикальных сообществ. Радикальный ислам – опасное экстремистское течение. Как избежать вербовки в экстремистскую организацию.

Меры личной безопасности при вооружённом нападении на образовательную организацию. Действия при угрозе совершения террористического акта. Обнаружение подозрительного предмета, в котором может быть замаскировано взрывное устройство. Безопасное поведение в толпе. Безопасное поведение при захвате в заложники.

### **Модуль № 7. «Основы здорового образа жизни».**

Здоровый образ жизни как средство обеспечения благополучия личности. Государственная правовая база для обеспечения безопасности населения и формирования у него культуры безопасности, составляющей которой является ведение здорового образа жизни.

Систематические занятия физической культурой и спортом. Выполнение нормативов ГТО. Основные составляющие здорового образа жизни. Главная цель здорового образа жизни – сохранение здоровья. Рациональное питание. Вредные привычки. Главное правило здорового образа жизни. Преимущества правил здорового образа жизни. Способы сохранения психического здоровья.

Репродуктивное здоровье. Факторы, оказывающие негативное влияние на репродуктивную функцию. Влияние уровня репродуктивного здоровья каждого человека и общества в целом на демографическую ситуацию страны.

Наркотизм – одна из главных угроз общественному здоровью. Правовые основы государственной политики в сфере контроля за оборотом наркотических средств, психотропных веществ и в области противодействия их незаконному обороту в целях охраны здоровья граждан, государственной и общественной безопасности.

Наказания за действия, связанные с наркотическими и психотропными веществами, предусмотренные в Уголовном кодексе Российской Федерации. Профилактика наркомании. Психоактивные вещества (ПАВ). Формирование индивидуального негативного отношения к наркотикам.

Комплексы профилактики психоактивных веществ (ПАВ). Первичная профилактика злоупотребления ПАВ. Вторичная профилактика злоупотребления ПАВ. Третичная профилактика злоупотребления ПАВ.

## **Модуль № 8. «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи».**

Освоение основ медицинских знаний.

Основы законодательства Российской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Среда обитания человека. Санитарно-эпидемиологическая обстановка. Карантин.

Виды неинфекционных заболеваний. Как избежать возникновения и прогрессирования неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Виды инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных болезней. Вакцинация.

Биологическая безопасность. Биолого-социальные чрезвычайные ситуации. Источник биолого-социальной чрезвычайной ситуации. Безопасность при возникновении биолого-социальных чрезвычайных ситуаций. Способы личной защиты в случае сообщения об эпидемии. Пандемия новой коронавирусной инфекции COVID-19. Правила профилактики коронавируса.

Первая помощь и правила её оказания. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи. Правила вызова скорой медицинской помощи. Уголовная ответственность за оставление пострадавшего, находящегося в беспомощном состоянии, без возможности получения помощи.

Оказание первой помощи пострадавшему до передачи его в руки специалистам из бригады скорой медицинской помощи. Реанимационные мероприятия.

Первая помощь при нарушениях сердечной деятельности. Острая сердечная недостаточность (ОСН). Неотложные мероприятия при ОСН. Первая помощь при травмах и травматическом шоке. Первая помощь при ранениях. Виды ран. Кровотечения наружные и внутренние. Правила оказания помощи при различных видах кровотечений. Первая помощь при острой боли в животе, эпилепсии, ожогах. Первая помощь при пищевых отравлениях и отравлениях угарным газом, бытовой химией, удобрениями, средствами для уничтожения грызунов и насекомых, лекарственными препаратами и алкоголем, кислотами и щелочами.

Первая помощь при утоплении и коме. Первая помощь при отравлении психоактивными веществами. Общие признаки отравления психоактивными веществами.

Составы аптечек для оказания первой помощи в различных условиях.

Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.

**Модуль № 9. «Элементы начальной военной подготовки».**

Строевая подготовка и воинское приветствие. Строй и управление ими. Строевая подготовка. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

Оружие пехотинца и правила обращения с ним. Автомат Калашникова (АК-74). Основы и правила стрельбы. Устройство и принцип действия ручных гранат. Ручная осколочная граната Ф-1 (оборонительная). Ручная осколочная граната РГД-5.

Действия в современном общевойсковом бою. Состав и вооружение мотострелкового отделения на БМП. Инженерное оборудование позиции солдата. Одиночный окоп.

Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке.

Средства индивидуальной защиты и оказание первой помощи в бою. Фильтрующий противогаз. Респиратор. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). Табельные медицинские средства индивидуальной защиты. Первая помощь в бою. Различные способы переноски и оттаскивания раненых с поля боя.

Сооружения для защиты личного состава. Открытая щель. Перекрытая щель. Блиндаж. Укрытия для боевой техники. Убежища для личного состава.

## Планируемые результаты изучения учебного предмета

### Личностные результаты

- 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.
- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности русского 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;
- 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 достоинству 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;

- 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;



– 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, бережные отношения 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;

– эстетические отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта;

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

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

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

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

#### **1. 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.

### *Предметные результаты*

#### **Выпускник на базовом уровне научится:**

##### **Основы комплексной безопасности**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;

- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;

- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;

- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

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

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;
- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;

- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

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

- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;



- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

## **Основы здорового образа жизни**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

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

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;

- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

## **Основы обороны государства**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

- характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;
- описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;
- приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;
- приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;
- раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;
- разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;
- оперировать основными понятиями в области обороны государства;
- раскрывать основы и организацию обороны РФ;
- раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;
- объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;
- описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;
- характеризовать историю создания ВС РФ;
- описывать структуру ВС РФ;
- характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;
- распознавать символы ВС РФ;
- приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

## **Правовые основы военной службы**

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

- использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;
- раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;
- характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;
- раскрывать организацию воинского учета;
- комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;
- использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;
- описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;
- различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;
- описывать основание увольнения с военной службы;
- раскрывать предназначение запаса;
- объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;
- раскрывать предназначение мобилизационного резерва;
- объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

### **Элементы начальной военной подготовки**

- Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;

- использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;
- оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;
- выполнять строевые приемы и движение без оружия;
- выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;
- выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;
- приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;
- описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;
- описывать порядок хранения автомата;
- различать составляющие патрона;
- снаряжать магазин патронами;
- выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;
- описывать явление выстрела и его практическое значение;
- объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;
- объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;
- выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;
- объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;
- выполнять изготовку к стрельбе;
- производить стрельбу;
- объяснять назначение и боевые свойства гранат;
- различать наступательные и оборонительные гранаты;

- описывать устройство ручных осколочных гранат;
- выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;
- выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;
- объяснять предназначение современного общевойскового боя;
- характеризовать современный общевойсковой бой;
- описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;
- выполнять приемы «К бою», «Встать»;
- объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;
- выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;
- передвигаться по азимутам;
- описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);
- применять средства индивидуальной защиты;
- действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ) средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;
- раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;
- выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

## **Военно-профессиональная деятельность**

- Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;

- объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;
- характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;
- использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

### **Основы комплексной безопасности**

- *Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее .*

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

- *Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.*

### **Основы обороны государства**

- *Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;*
- *приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.*



## **Элементы начальной военной подготовки**

- *Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фонаря;*
- *определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;*
- *выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;*
- *выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;*
- *описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;*
- *выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;*
- *описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;*
- *выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).*

## **Военно-профессиональная деятельность**

- *Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России;*

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
10 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Модуль "Основы комплексной безопасности"</b>					
1.1	Культура безопасности жизнедеятельности населения	2			
1.2	Опасности вовлечения молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность	2			
1.3	Безопасность на транспорте	1			
Итого по разделу		5			
<b>Раздел 2. Модуль "Основы обороны государства"</b>					
2.1	Правовые основы подготовки граждан к военной службе	4			
Итого по разделу		4			

<b>Раздел 3. Модуль "Военно-профессиональная деятельность"</b>					
3.1	Выбор воинской профессии	3			
3.2	Воинские символы, традиции и ритуалы в Вооружённых Силах Российской Федерации	3			
Итого по разделу		6			
<b>Раздел 4. Модуль "Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций"</b>					
4.1	Организация защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	2			
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 5. Модуль "Безопасность в природной среде и экологическая безопасность"</b>					
5.1	Основные правила безопасного поведения на природе и экологическая безопасность	4			
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 6. Модуль "Основы противодействия экстремизму и терроризму"</b>					
6.1	Экстремизм и терроризм - угрозы обществу и каждому человеку	2			
6.2	Противодействие экстремизму и терроризму	2			
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 7. Модуль "Основы здорового образа жизни"</b>					
7.1	Здоровый образ жизни как средство обеспечения благополучия личности	2			

Итого по разделу		2			
<b>Раздел 8. Модуль "Основы медицинских знаний и оказание первой помощи"</b>					
8.1	Освоение основ медицинских знаний	3			
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 9. Модуль "Элементы начальной военной подготовки"</b>					
9.1	Основы военной службы	4			
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Модуль "Основы комплексной безопасности"</b>					
1.1	Безопасное поведение на различных видах транспорта	3			
1.2	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	2			
1.3	Информационная и финансовая безопасность	2			
1.4	Безопасное поведение в общественных местах	2			
1.5	Безопасность в социуме	2			
Итого по разделу		11			
<b>Раздел 2. Модуль "Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций"</b>					
2.1	Система государственной защиты населения	2			
2.2	Гражданская оборона	2			
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 3. Модуль "Основы противодействия экстремизму и терроризму"</b>					
3.1	Экстремизм и терроризм на современном этапе	2			
3.2	Борьба с угрозой экстремистской и	2			

	террористической опасности				
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 4. Модуль "Основы здорового образа жизни"</b>					
4.1	Наркотизм - одна из главных угроз общественному здоровью	2			
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 5. Модуль "Основы медицинских знаний и оказание первой помощи"</b>					
5.1	Первая помощь и правила её оказания	3			
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 6. Модуль "Основы обороны государства"</b>					
6.1	Вооружённые Силы Российской Федерации - гарант обеспечения национальной безопасности Российской Федерации	8			
Итого по разделу		8			
<b>Раздел 7. Модуль "Военно-профессиональная деятельность"</b>					
7.1	Основы военной службы	2			
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Формирование культуры безопасности жизнедеятельности населения	1			
2	Личностный фактор в обеспечении безопасности жизнедеятельности	1			
3	Явные и скрытые опасности современных развлечений подростков и молодёжи, а также опасности их вовлечения в незаконные протестные акции	1			
4	Как не стать участником информационной войны	1			
5	Транспортная безопасность и правила безопасности для участников дорожного движения	1			
6	Законодательство Российской Федерации об обороне государства	1			
7	Законодательство Российской Федерации о воинской обязанности и военной службе	1			
8	Организация воинского учёта	1			
9	Допризывная подготовка	1			
10	Есть такая профессия - Родину защищать	1			
11	Подготовка граждан по военно-учётным специальностям	1			

12	Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ России, МЧС России	1			
13	Воинские символы и традиции Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
14	Традиции Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
15	Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
16	Основы законодательства Российской Федерации и основные направления по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	1			
17	Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	1			
18	Источники опасности в природной среде	1			
19	Чрезвычайные ситуации природного характера	1			
20	Экологическая безопасность и охрана окружающей среды	1			
21	Средства защиты и предупреждения от экологических опасностей	1			
22	Сущность явлений экстремизма и терроризма	1			
23	Противодействие экстремизму и	1			



	терроризму и ответственность граждан в этой области				
24	Общегосударственное противодействие экстремизму и терроризму	1			
25	Деятельность государства при реальной угрозе террористической опасности	1			
26	Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни	1			
27	Преимущества здорового образа жизни	1			
28	Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения	1			
29	Неинфекционные и инфекционные заболевания и их профилактика	1			
30	Безопасность при возникновении биолого-социальных чрезвычайных ситуаций	1			
31	Строевая подготовка и воинское приветствие	1			
32	Оружие пехотинца и правила обращения с ним	1			
33	Действия в современном общевойсковом бою	1			
34	Средства индивидуальной защиты и оказание первой помощи в бою	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## 11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Безопасность при использовании современных средств индивидуального передвижения	1			
2	Предназначение дорожных знаков и сигнальной разметки	1			
3	Правила безопасного поведения на воздушном, железнодорожном и водном транспорте	1			
4	Пожарная безопасность и правила обращения со средствами бытовой химии	1			
5	Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения	1			
6	Основные правила информационной безопасности и финансовой безопасности	1			
7	Защита прав потребителя, в том числе при совершении покупок в Интернете	1			
8	Правила безопасного поведения в общественных местах	1			

9	Порядок действий при попадании в опасную ситуацию	1			
10	Стадии развития конфликтных ситуаций	1			
11	Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта	1			
12	Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	1			
13	Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций	1			
14	Гражданская оборона и ее основные задачи на современном этапе	1			
15	Инженерная защита населения и неотложные работы в зоне поражения	1			
16	Нормативно-правовые документы, регулирующие борьбу с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации	1			
17	Особенности и виды экстремистской и террористической деятельности	1			

18	Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность	1			
19	Рекомендации по безопасному поведению при угрозе и в случае проведения террористического акта	1			
20	Основы законодательства Российской Федерации в сфере борьбы с наркотизмом	1			
21	Профилактика наркотизма	1			
22	Оказание первой помощи - залог спасения жизни и здоровья пострадавших	1			
23	Первая помощь при различных неотложных состояниях	1			
24	Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших	1			
25	Страницы военной истории России и дни воинской славы (победные дни) России	1			
26	Стратегические национальные приоритеты и источники угроз	1			

27	Национальная безопасность и военная политика Российской Федерации	1			
28	Структура Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
29	Виды и отдельные рода Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
30	Воинские должности, звания и военная форма одежды, а также знаки различия военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
31	Развитие Вооружённых Сил Российской Федерации	1			
32	Модернизация вооружения, военной и специальной техники в Вооружённых Силах Российской Федерации	1			
33	Призыв граждан на военную службу. Поступление на военную службу по контракту	1			
34	Альтернативная гражданская служба	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## Воспитательный потенциал предмета «ОБЖ»:

- отношение обучающихся к России как к Родине (Отечеству) (включает подготовку к патриотическому служению);
- отношение обучающихся с окружающими людьми (включает подготовку к общению со сверстниками, старшими и младшими);
- отношение обучающихся к семье и родителям (включает подготовку личности к семейной жизни);
- отношение обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу (включает подготовку личности к общественной жизни);
- отношение обучающихся к себе, своему здоровью, к познанию себя, самоопределению и самосовершенствованию (включает подготовку к непрерывному образованию в рамках осуществления жизненных планов);
- отношение обучающихся к окружающему миру, к живой природе, художественной культуре (включает формирование у обучающихся научного мировоззрения);
- трудовые и социально-экономические отношения (включает подготовку личности к трудовой деятельности)

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

• Основы безопасности жизнедеятельности, 10-11 классы/ Ким С.В., Горский В.А., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ОБЖ. 10-11 классы. Методические пособия. С.В. Ким Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/obzh-10-11-klassy-metodicheskieposobiya-s-v-kim/>

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

ОБЖ. 10-11 классы. Методические пособия. С.В. Ким Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/obzh-10-11-klassy-metodicheskieposobiya-s-v-kim/>

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности школы <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» <http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности. Сайт Баграмян Э. <http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.

<http://www.znakcomplex.ru> Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru> <http://www.znopr.ru>

Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение

## Тест «Основы безопасности личности, общества, государства»

10 класс

### 1. Верны ли следующие суждения о проблеме безопасности?

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| А) Проблема безопасности одна из обсуждаемых тем XXI века.                               | 1) Верно только А       |
| Б) Проблема безопасности непрерывно связана с вопросом повышения качества жизни человек. | 2) Верно только Б       |
|  | 3) Верны оба суждения   |
|  | 4) Оба суждения неверны |

### 2. Установите соответствие.

- |   |   |
|---|---|
| А) Управление безопасностью жизнедеятельности | 1) Компромисс между требуемым уровнем безопасности и возможности общества по его достижению                                       |
| Б) Риск                                       | 2) Организация условий жизнедеятельности, обеспечивающих приемлемый уровень безопасности для участников той или иной деятельности |
| В) Приемлемый риск                            | 3) Возможность или вероятность возникновения не желаемого события в тот или иной отрезок времени                                  |

### 3. Напишите определение.

Урбанизация – это \_\_\_\_\_

### 4. Выберите правильные ответы.

У экологическим катастрофам относятся

- |                                |                              |
|--------------------------------|------------------------------|
| А) Извержения вулканов         | В) Землетрясения             |
| Б) Авария на Чернобыльской АЭС | Г) Испытания ядерного оружия |

### 5. Выберите правильный ответ.

Преобразование человеком пространства экосистемы, характеризующее высокой активностью энергоинформационного обмена человека в среде обитания называется ...

- А) Антропоэкосистема    Б) Урбоэкосистема    В) Техносфера    Г) Наносфера

### 6. Верны ли следующие суждения об основных принципах обеспечения глобальной экологической безопасности?

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| А) Примерами стратегического принципа является глобальный экологический мониторинг и экологическая экспертиза. | 1) Верно только А       |
| Б) Примерами тактического принципа является налог на пользование окружающей средой.                            | 2) Верно только Б       |
|  | 3) Верны оба суждения   |
|  | 4) Оба суждения неверны |

### 7. Установите соответствие.

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| А) Человек                   | 1) Мощность жизненных сил                                    |
| Б) Здоровье                  | 2) Сложная биосоциальная система                             |
| В) Адаптация                 | 3) Индивидуальная характеристика жизнеспособности организма  |
| Г) Потенциал здоровья        | 4) Устойчивая структурная организация всех элементов психики |
| Д) Психологическое состояние | 5) Состояние психического нервного напряжения                |
| Е) Стресс                    | 6) Приспособляемость человека к условиям жизнедеятельности   |

### Критерии оценивания:

14-13 – «5»

12-10 – «4»

9-7 – «3»

Менее 7 – «2»

Тест по теме «Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства»

10 класс



## 1. Установите соответствие между федеральным законом и его значением.

- |   |  |
|---|--|
| 1) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» | А) Действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайных ситуаций, локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов |
| 2) «О пожарной безопасности»  | Б) Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях при помощи сигналов оповещения и экстренной информации об опасностях, возникающих при угрозе возникновения или возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.                               |
| 3) «О гражданской обороне»  | В) Действия, направленные на предотвращение возможности дальнейшего распространения горения и создание условий для его ликвидации имеющимися силами и средствами.  |
| 4) «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»  | Г) Система мероприятий по обучению населения действиям в случае угрозы возникновения и возникновения опасностей при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.                         |

## 2. Установите соответствие между понятием и его формулировкой.

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1) Военная угроза   | А) Идеология и практика насилия, силового воздействия на принятие органами государственной власти определенных требований  |
| 2) Военный конфликт | Б) Состояние межгосударственных или внутригосударственных отношений, характеризуемое реальной возможностью возникновения военного конфликта между противостоящими сторонами. |
| 3) Терроризм        | В) Социальное явление, выражение агрессивной позиции отдельных людей или групп, нарушающие интересы и безопасность общества и государства                                    |
| 4) Экстремизм       | Г) Форма решения спорных вопросов между противодействующими сторонами с применением вооруженной силы на межгосударственном уровне.   |

## 3. Заполните пропуск.

Массовый взлом компьютерных сетей с целью проникновения в информационную систему социального управления для нарушения сетевого обмена информацией называется \_\_\_\_\_.

## 4. Укажите верное утверждение. РСЧС состоит из:

- А) функциональных и территориальных подсистем, действует на федеральном, межрегиональном, региональном и муниципальном и объектовом уровнях;
- Б) локальных подсистем, действует на муниципальном уровне в рамках одного субъекта агломерации;
- В) федеральных подсистем, действует на общегосударственном уровне.

## 5. Приведите примеры источников угроз национальной безопасности РФ.

### Критерии оценивания:

12-11 – «5»

10-9 – «4»

8-6 – «3»

Менее 6 – «2»

Тест «Основы здорового образа жизни»

10 класс

### 1. Установите соответствия.

*Факторы, влияющие на здоровье человека:*

- |                               |              |
|-------------------------------|--------------|
| А) Медицинское обеспечение    | 1) 50%       |
| Б) Индивидуальный образ жизни | 2) около 18% |

- В) Состояние окружающей среды 3) около 10%  
Г) Наследственность 4) около 22%

## 2. Установите соответствия.

Суточный рацион человека должен включать:

- А) Углеводы 1) 15-30%  
Б) Белки 2) 55-75%  
В) Жиры 3) 10-15%

## 3. Установите соответствие между термином и формулировкой.

- А) Режим дня 1) Периодически повторяющиеся изменения характера и интенсивности процессов и явлений жизни.  
Б) Жизненные ритмы 2) Продуманный распорядок действий на день, планирование времени с целью его рационального и максимально эффективного распределения.  
В) Иммунная система 3) Невосприимчивость организма к инфекционным и неинфекционным агентам и веществам, обладающими антигенными свойствами.  
Г) Иммуитет 4) Совокупность органов, тканей и клеток, работа которых направлена непосредственно на защиту организма от различных болезней и на истребление уже попавших в организм чужеродных веществ.

## 4. Выберите из предложенного списка инфекционные заболевания:

- |                                     |               |                     |
|-------------------------------------|---------------|---------------------|
| 1) Краснуха                         | 4) Холера     | 8) Ожирение         |
| 2) Острые респираторные заболевания | 5) Скарлатина | 9) Оспа натуральная |
| 3) Корь                             | 6) Грипп      | 10) Гепатит         |
|                                     | 7) Инсульт    | 11) Дизентерия      |

## 5. Установите соответствия в классификации инфекционных заболеваний:

- А) Сыпной тиф, чума, клещевой энцефалит 1) кишечные инфекции  
Б) Ботулизм, сальмонеллез, дизентерия 2) кровяные инфекции  
В) Сибирская язва, трахома, ящур 3) инфекции дыхательных путей  
Г) Грипп, дифтерия, коклюш 4) инфекции наружных покровов

## 6. Установите соответствия.

- А) Вредные привычки 1) Заболевание, которое возникает в результате употребления наркотических средств и психотропных веществ, вызывающих в определенных дозах одурманивание.  
Б) Курение табака (никотинизм) 2) Привычки, оцениваемые негативно с точки зрения социальных норм поведения или в отношении к процессу формирования личности.  
В) Алкоголизм 3) Вредная привычка, заключающаяся во вдыхании дыма тлеющего табака.  
Г) Наркомания 4) Заболевание, определяющееся патологическим влечением к спиртным напиткам (т. е. возникает психическая и физическая зависимость).

## 7. Заполните пропуск.

Привычка откладывать важные дела "на потом" называется \_\_\_\_\_.

## Критерии оценивания:

28-25 – «5»

24-20 – «4»

19-14 – «3»

Менее 14 – «2»

Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи (§20)

10 класс

- 1) Выпишите существующие средства индивидуальной защиты органов (1 балла).
- 2) Опишите принципы действия фильтрующих и изолирующих противогазов (2 балла).
- 3) Выпишите определения «респиратор» и «ватно-марлевая повязка» (2 балла).
- 4) Какие подручные материалы можно использовать для защиты дыхания и кожных покровов? (1 балл)
- 5) Что входит в индивидуальный перевязочный пакет (4 балла)?

**Критерии оценивания:**

10-9 – «5»

8-7 – «4»

6-5 – «3»

Менее 5 – «2»

**Тест по теме «Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности»**

11 класс

**1. Установите соответствие между видами национальных интересов и конкретными примерами.**

**ВИДЫ НАЦИОНАЛЬНЫХ  
ИНТЕРЕСОВ**

**ПРИМЕРЫ**

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| 1) Интересы личности    | А) Отсутствие сепаратизма   |
| 2) Интересы общества    | Б) Обеспечение конституционных прав и свобод                      |
| 3) Интересы государства | В) Укрепление демократии  |
|                         | Г) Обеспечение качества жизни и разностороннего развития человека |
|                         | Д) Сохранение гражданского мира                                   |

**2. Установите соответствие между понятием и его формулировкой.**

**ПОНЯТИЕ**

**ФОРМУЛИРОВКА**

- |                              |  |
|------------------------------|--|
| 1) Военная угроза            | А) Идеология и практика насилия, силового воздействия на принятие органами государственной власти определенных требований  |
| 2) Военный конфликт          | Б) Состояние защищенности национальных интересов страны, характеризующее минимальным риском внешним и внутренним угроз национальным интересам нации                          |
| 3) Терроризм                 | В) Система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооруженной защите государства  |
| 4) Оборона                   | Г) Форма решения спорных вопросов между противодействующими сторонами с применением вооруженной силы на межгосударственном уровне.   |
| 5) Национальная безопасность | Д) Состояние межгосударственных или внутригосударственных отношений, характеризующее реальной возможностью возникновения военного конфликта между противостоящими сторонами. |

**3. Установите соответствие между видом терроризма и его характеристикой.**

**ВИД ТЕРРОРИЗМА**

**ХАРАКТЕРИСТИКА**

- |                    |   |
|--------------------|---|
| 1) Политический    | А) Совершение взрывов в многолюдных местах          |
| 2) Криминальный    | Б) Совершение взрывов стратегически важных объектов |
| 3) Традиционный    | В) Трансляция идеологии насилия через СМИ           |
| 4) Технологический | Г) Саботаж  |
| 5) Информационный  | В) Захват в плен с требованиями                     |

**4. Укажите верное утверждение. РСЧС состоит из:**

- А) функциональных и территориальных подсистем, действует на федеральном, межрегиональном, региональном и муниципальном и объектовом уровнях;
- Б) локальных подсистем, действует на муниципальном уровне в рамках одного субъекта агломерации;
- В) федеральных подсистем, действует на общегосударственном уровне.

**5. Приведите два примера источников угроз национальной безопасности РФ.**

**Критерии оценивания:**

**Проверочная работа «Первая помощь при ранениях»**

11 класс

1. Какие из ранений бывают слепые?

- А) Резаные; В) Рубленые; Д) Огнестрельные.  
 Б) Колотые; Г) Обмороженные;

2. Установите соответствие между терминами и определениями:

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| А) Царапина                    | 1) Нарушение целостности кожи, слизистых оболочек с повреждением различных тканей и органов, вызванное механическим воздействием.             |
| Б) Рана (открытое повреждение) | 2) Поверхностное повреждение, нанесённое острым предметом в виде тонкой линии.  |
| В) Кровотечение                | 3) Неглубокие раны с повреждением только поверхностных слоёв кожи или слизистой оболочки, нанесённые плоским предметом на большом протяжении. |
| Г) Ссадины                     | 4) Потеря крови, возникающая вследствие повреждения кровеносных сосудов   |

3. Вставьте пропущенный термин.

Система профилактических мероприятий, направленных против возможности попадания микроорганизмов в рану, ткани, органы, полости тела пострадавшего при оказании ему помощи называется \_\_\_\_\_.

4. Определите кровотечение по описанию.

- А) Кровь течет равномерным непрерывным потоком и имеет темно-вишневый цвет.  
 Б) Кровь сочится из раны поврежденных сосудов не видно.  
 В) Кровь алая, выступает в виде капель на поверхность раны.

5. На сколько по времени можно накладывать кровоостанавливающий жгут?

- А) Летом – 2 часа, зимой – 1 час;  
 Б) Летом – 1 час, зимой – 30 мин;  
 В) И летом, и зимой – 1 час;  
 Г) Нет правильного ответа.

6. Выберите те действия, которые относятся к наложению жгута при артериальном кровотечении.

- А) Прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань.  
 Б) Плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения.  
 В) Доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение.  
 Г) Обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой.  
 Д) Прикрыть рану стерильной салфеткой, а на нее положить сложенный в несколько раз бинт.  
 Е) Наложить повязку.

7. При каком кровотечении раненную конечность следует приподнять?

- А) При артериальном; В) При капиллярном;  
 Б) При венозном; Г) При любом кровотечении.

8. Что является первым этапом оказания первой помощи при ранениях?

- А) Проведение мероприятий по прекращению действия травмирующих факторов:  
 Б) Борьба с болью;  
 В) Временная остановка кровотечения.

**Критерии оценивания:**

## Проверочная работа «Первая помощь при ожогах и электротравме»

11 класс

1. Какими признаками характеризуется ожог второй степени?

- А) образуются волдыри (пузыри);  
Б) покраснела кожа на месте ожога;  
В) видна обнаженная рана;  
Г) все вышеперечисленное.

2. Резкая краснота, боли, отёк и пузыри беспокоят пострадавшего 3–5 дней. Признаки ожога кожи иногда дополняются признаками общего перегревания тела. К какому виду ожогов относится данный признак?

- А) солнечный ожог (лучевой);  
Б) химический ожог;  
В) термический ожог;  
Г) ожог смешанного типа.

3. Степень тяжести ожога определяют:

- А) исходное состояние пострадавшего;  
Б) длительность воздействия;  
В) время суток;  
Г) температура поражающего фактора.

4. Порядок оказания первой помощи при электротравме:

- А) уложить пострадавшего, при наличии сознания дать сердечные средства, питье;  
Б) при нарушениях дыхания провести ингаляцию кислорода, при остановке – искусственную вентиляцию легких;  
В) прекратить действие тока и оттащить пострадавшего, используя изолирующие предметы;  
Г) вызвать скорую помощь и ожидать ее прибытия.

5. Установите соответствие.

- |                                     |                       |
|-------------------------------------|-----------------------|
| А) признаки нетяжёлой электротравмы | 1) обморок            |
| Б) признаки тяжёлой электротравмы   | 2) мышечные боли      |
|                                     | 3) общая слабость     |
|                                     | 4) паралич            |
|                                     | 5) нервное потрясение |

**Критерии оценивания:**

**12-11 – «5»**

**10-9 – «4»**

**8-6 – «3»**

**Менее 6 – «2»**

