

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №16» г. Вологды

РАССМОТРЕНА
МО учителей физической
культуры, истории и
обществознания, ОБЖ
МОУ «СОШ №16»
Протокол № 01 от 26.08.2022

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МОУ «СОШ № 16»
Протокол №01 от
27.08.2022

УТВЕРЖДЕНА
Приказом
МОУ «СОШ №16»
№ 195-од от 01.09.2022



РАССМОТРЕНА
МО учителей физической
культуры, истории и
обществознания, ОБЖ
МОУ «СОШ №16»
Протокол № 01 от 29.08.2023

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МОУ «СОШ № 16»
Протокол №01 от
30.08.2023

УТВЕРЖДЕНА
Приказом
МОУ «СОШ №16»
№ 144-од от 31.08.2023



Рабочая программа по предмету
Основы безопасности жизнедеятельности
(базовый уровень)

предмет/курс

10-11 класс (среднее общее образование)

класс (уровень обучения)

Вологда, 2022

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

1.1 Личностные результаты:

- формирование российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герба, флага, гимна);

- формирование гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические, и демократические ценности;

- готовность к служению Отечеству, его защите;
места в поликультурном мире; - формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего

- формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

- 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;

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов;

- отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

- формирование экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

1.2. Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Ученик научится:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Ученик научится:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Ученик научится:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Ученик научится:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Ученик научится:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Ученик научится:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;

- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- объяснять эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Ученик научится:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

Смысловое чтение. Ученик научится:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);

- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный);
- критически оценивать содержание и форму текста.

Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Ученик научится:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Ученик научится:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Ученик научится:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Ученик научится:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Ученик научится:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

1.3. Предметные результаты

Ученик научится на базовом уровне:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;

- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при различных видах травм.

Ученик получит возможность научиться на базовом уровне:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при неинфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;

2. Содержание учебного предмета.

10 класс

Основы безопасности личности, общества и государства.

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.

Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших действия. Ориентирование на местности. Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в ЧС природного и техногенного характера. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.

Предназначение и задачи ГО. Структура и органы ГО. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Коллективные средства защиты. Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты кожи. Медицинские средства защиты. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ.

Основы медицинских знаний.

Основные понятия о здоровье и его составляющие. Факторы, влияющие на здоровье человека. Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний. Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний. Внешние признаки инфекционного заболевания.

Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и работоспособность человека. Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания. Сердечно-дыхательная выносливость. Мышечная сила и выносливость. Скоростные качества и гибкость. Правила личной гигиены.

Основы военной службы

Вооружённые Силы РФ – защитники нашего Отечества. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооружённых Сил. Обороноспособность государства. Основные функции системы безопасности Российской Федерации. Другие войска, воинские формирования и органы, их состав и предназначение. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Родины. Дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности частей и подразделений. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия. Ритуалы ВС РФ.

Учебные сборы по основам военной службы (юноши). Тактическая подготовка. Огневая подготовка. Радиационная, химическая и биологическая защита. Общевоинские уставы. Строевая подготовка. Физическая подготовка. Военно-медицинская подготовка. Основы безопасности военной службы.

11 класс

Основы безопасности личности, общества и государства.

Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.

Кровотечения. Ранения. Виды ран. Травмы опорно-двигательного аппарата. Черепно-мозговые травмы и повреждения позвоночника. Травмы груди, живота и области таза. Первая медицинская помощь при травматическом шоке. Первая медицинская помощь при остановке сердца, острой сердечной недостаточности и инсульте.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Законодательство о семье. Болезни, передаваемые половым путём. СПИД и его профилактика.

Основы военной службы

Основные понятия о воинской обязанности. Исполнение военной службы в Российской Федерации. Воинский учет. Подготовка граждан к военной службе. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Правовые основы военной службы. Конституция Российской Федерации. Федеральные законы в области обороны. Общевоинские уставы Вооружённых Сил. Военная присяга – клятва воина на верность Родине-России. Прохождение военной службы. Воинские звания военнослужащих Вооружённых Сил РФ. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих.

Военнослужащий – патриот своего Отечества. Военнослужащий-специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности. Система военного образования Российской Федерации. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации. Международное гуманитарное право.

3. Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания.

10 класс

№ п/п	Разделы, темы	Реализация воспитательного потенциала урока	Количество часов
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	-формирование гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества.	6
2.	Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.	- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.	4
3.	Современный комплекс проблем безопасности социального характера.	- формирование экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.	5
4.	Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.	формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности.	2
5.	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	-готовность к оказанию первой медицинской помощи, гуманное отношение к людям, ответственное отношение к своему здоровью.	2
6.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом	4

		самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.	
7.	Гражданская оборона-составная часть обороноспособности страны.	- готовность к служению Отечеству, его защите от внешней агрессии, формирование активной жизненной позиции, чувства гордости за свою Родину.	7
8.	Вооружённые Силы Российской Федерации-защита нашего Отечества.	- формирование российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герба, флага, гимна).	2
9.	Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск.	- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; - отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.	1
10.	Боевые традиции Вооружённых Сил России.	- готовность к служению Отечеству, его защите от внешней агрессии, формирование чувства патриотизма, чувства гордости за свою Родину.	1
11.	Всего часов		34

Учебные сборы по основам военной службы (юноши).**10 класс.**

№ п/п	Темы.	Реализация воспитательного потенциала занятия	Количество часов
1.	Тактическая подготовка	-формирование чувства патриотизма, чувства гордости за свой край , своё Отечество.	4
2.	Огневая подготовка	- готовность к служению Отечеству, его защите от внешней агрессии.	9
3.	Радиационная, химическая и биологическая защита	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.	2
4.	Общевойские уставы	-формирование гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества.	8
5.	Строевая подготовка	осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.	4
6.	Физическая подготовка	- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.	5
7.	Военно-медицинская подготовка	-готовность к оказанию первой медицинской помощи, гуманное отношение к людям, ответственное отношение к своему здоровью.	2
8.	Основы безопасности военной службы	- готовность к служению Отечеству, его защите от внешней агрессии, формирование чувства патриотизма, чувства гордости за свою Родину.	1
Всего часов			35

11 класс

№ п/п	Раздел, тема	Реализация воспитательного потенциала урока	Количество часов
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;	4
2.	Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации.	- формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности	4
3.	Нравственность и здоровье.	- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;	4
4.	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.	-готовность к оказанию первой медицинской помощи, гуманное отношение к людям;	6
5.	Воинская обязанность.	- готовность к служению Отечеству, его защите от внешней агрессии;	8
6.	Особенности военной службы.	- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; - отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем	4
7.	Военнослужащий-защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина	- формирование российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности	4

	Вооружённых Сил Российской Федерации.	перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герба, флага, гимна);	
	Всего		34

**Итоговая контрольная работа по предмету основы безопасности
жизнедеятельности.**

10класс

Вариант 1

Часть А. Каждому заданию даны варианты ответов, из которых только один правильный

1. Приметами хоженной тропы могут быть:

- а) высокая трава, наличие следов птиц и зверей;
- б) примятая трава, следы от транспорта, следы деятельности человека;
- в) растущие на тропе грибы, ягоды, сломанные ветки.

2. При заблаговременном оповещении о наводнении необходимо:

- а) открыть окна и двери нижних этажей;
- б) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации;
- в) перенести на нижние этажи ценные вещи.

3. РСЧС создана с целью:

- а) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;
- б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- в) обеспечение первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

4. Какова последовательность оказания первой помощи при коллапсе:

- а) пострадавшего уложить на живот, подложив подушку, нижнюю часть туловища и ноги несколько опустить, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, согреть ноги;
- б) пострадавшего уложить на спину, подложив подушку, нижнюю часть туловища и ноги пострадавшего приподнять как можно выше, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, приложить лед к ногам;
- в) пострадавшего уложить на спину, нижнюю часть туловища и ноги пострадавшего несколько приподнять, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, согреть ноги.

5. В солнечный полдень тень указывает направление на:

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

6. Аммиак – это:

- а) бесцветный газ с резким запахом, тяжелее воздуха;
- б) газ с удушливым неприятным запахом, напоминающим запах гнилых плодов;
- в) бесцветный газ с резким удушливым запахом, легче воздуха.

7. Для приведения в действие огнетушителя ОУ необходимо:

- а) сорвать пломбу и выдернуть чеку, направить раструб на пламя и нажать на рычаг;
- б) прочистить раструб, нажать на рычаг и направить на пламя;
- в) нажать на рычаг, взяться за раструб рукой, направить на пламя и придерживать до прекращения горения.

8. Чтобы правильно преодолеть реку, следует:

- а) преодолеть реку вплавь, использовать надувные матрацы и камеры;
- б) выбрать место, где вода выглядит спокойной, и переходить реку вброд, используя надувные камеры;
- в) выбрать удобное место и переходить реку вброд, используя шест или альпеншток.

9. Взрыв всегда сопровождается:

- а) большим количеством выделяемой энергии б) резким повышением температуры;
- в) незначительным дробящим действием.

10. Максимальное время наложения жгута летом не более:

- а) 30 минут; б) 60 минут; в) 90 минут; г) 120 минут.

в) обычным шагом, простукивая лед впереди палкой.

2. Неконтролируемое горение растительности, стихийно распространяющееся по лесной территории, — это:

а) стихийный пожар; б) природный пожар; в) лесной пожар.

3. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется:

а) полостным; б) внутренним; в) закрытым.

4. Как высушить резиновые сапоги в походе:

а) набить сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра;

б) вбить в землю около костра колышки и повесить на них сапоги;

в) вытащить из сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой, поставить сапоги к теплу, но не к открытому огню.

5. При внезапном наводнении до прибытия помощи следует:

а) оставаться на месте и ждать указаний по телевидению (радио), при этом вывесить белое или цветное полотнище, чтобы вас обнаружили;

б) быстро занять ближайшее возвышенное место и оставаться там до схода воды, при этом подавать сигналы, позволяющие вас обнаружить;

в) спуститься на нижний этаж и подавать световые сигналы.

6. Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

а) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране;

б) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания;

в) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас.

7. 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, направлению комлей, валяющихся на дороге спиленных деревьев.

8. Вы попали под завал в результате землетрясения, нога была придавлена упавшей конструкцией, но освобождена: шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства, но выход заблокирован. Какова очередность ваших действий:

а) окажете себе первую помощь, установите подпорки под конструкции над вами, найдете теплые вещи или одеяло, чтобы укрыться, будете кричать, стучать металлическими предметами по трубам, плитам;

б) окажете себе первую помощь и начнете разгребать завал в сторону выхода из помещения;

в) установите подпорки под конструкции над вами, попытаетесь подойти к оконному проему, если найдете спички, попытаетесь развести небольшой костер, чтобы согреться и осмотреться вокруг.

9. Если сигнал об угрозе нападения противника застал вас дома, необходимо:

а) оставаться дома, плотно закрыв окна и двери;

б) быстро покинуть здание и спуститься в ближайшее убежище;

в) покинуть здание и отойти от него на безопасное расстояние.

20. Допустимая толщина льда при передвижении по нему людей должна быть:

а) не менее 10 см; б) не менее 5 см; в) не менее 15 см.

10. Допустимая толщина льда при передвижении по нему людей должна быть:

а) не менее 10 см; б) не менее 5 см; в) не менее 15 см.

11. К поражающим факторам взрыва относятся:

- а) осколочные поля и ударная волна;
- б) высокая температура и волна прорыва;
- в) сильная загазованность местности.

12. Из приведенных волевых качеств определите те, которые необходимы для выполнения воинского долга.

- а) решительность, выдержка, настойчивость в преодолении препятствий и трудностей, которые возникают в процессе военной службы и мешают ей;
- б) агрессивность, настороженность, терпимость к себе и сослуживцам;
- в) терпимость по отношению к старшим по званию, лояльность по отношению к сослуживцам, непримиримость к неуставным взаимоотношениям.

13. День защитников Отечества 23 февраля установлен в ознаменование:

- а) победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии в 1918 г.;
- б) разгрома Советской Армией немецко-фашистских войск под Сталинградом в 1943;
- в) снятие блокады города Ленинграда в 1944 г.

14. Куликовская битва между русским войском с Дмитрием Донским и войском Золотой Орды произошла:

- а) в 1240 г.; б) в 1380 г.; в) в 1480 г.

15. Бородинское сражение между русской армией М.И. Кутузова и французской армией Наполеона произошло:

- а) в 1825 г.; б) в 1815 г.; в) в 1812 г.

Часть В. Выберите три верных ответа из шести предложенных.

В1. Что нужно сделать и чему научиться для повышения выживаемости человека в условиях автономного существования?

- 1) Повышать уровень подготовки специалистов.
- 2) Улучшать работу техники и оборудования.
- 3) Повышать уровень психической и физической выносливости.
- 4) Уметь пользоваться противогазом.
- 5) Учиться правильному поведению в экстремальных ситуациях.
- 6) Быть дисциплинированным.

В2. К каким последствиям приводят оползни, сели, обвалы и снежные лавины?

- 1) Изменение климата и погодных условий.
- 2) Извержение вулканов.
- 3) Перекрытие русел рек и изменение ландшафта.
- 4) Гибель людей и животных.
- 5) Разрушение зданий и сооружений.
- 6) Лесные пожары.

Часть С ситуационные задачи

С1. В вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

Инструкция для обучающихся.

На выполнение итоговой контрольной работы по предмету основы безопасности жизнедеятельности в 10 классе отводится 40 минут.

Контрольная работа состоит из трех частей, которые различаются по форме заданий, степени сложности и количеству заданий

Часть А содержит задания с выбором ответа;

Часть В Выберите три верных ответа из шести предложенных.

Часть С. содержит ситуационные задачи

К каждому из заданий с выбором ответа Части А предлагается несколько вариантов ответов. Только один правильный.

Ответы на задания части С формулируются и записываются учащимися самостоятельно в развернутой форме.

Система оценивания выполнения заданий и контрольной работы в целом

Каждое правильно выполненное задание Части А оценивается 1 баллом. Задание считается выполненным верно, если ученик выбрал (отметил) номер правильного ответа.

Задание считается невыполненным в следующих случаях:

- а. указан номер неправильного ответа;
- б. номер ответа не указан.

При выполнении заданий части В с кратким ответом выберите три верных ответа из шести предложенных.

За полный правильный ответ на каждое из заданий ставится 3 балла. Если в заданиях допущена одна ошибка, то ответ оценивается в 2 балла, если допущены 2 - 1 балл, 3 ошибки ставится 0 баллов.

Правильно выполненное задание Части С оцениваются 5 баллами в зависимости от полноты и правильности ответа

Для прохождения тестирования учащиеся должны иметь:

-письменные принадлежности

Во время проведения тестирования недопустимо:

-использование смартфонов, телефонов, планшетных компьютеров и др. электронной техники.

-оказание помощи со стороны

Итоги тестирования определяются по числу правильных ответов на все вопросы.

Вся работа оценивается 26 баллами.

Эталон ответов и критерии оценивания итоговой контрольной работы по предмету основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс.

Часть А

вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1вариант	б	б	б	в	в	в	а	в	а	г	а	а	а	а	б
2вариант	б	в	б	в	б	б	а	в	б	а	а	а	а	б	в

Часть В . Выберите три верных ответа из шести предложенных.

	В1	В2
Вариант 1	2,3,5	1,3,5
Вариант 2	3,5,6	3,4,5

Часть С Вариант 1. Произошел взрыв на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного заражения. Ваши действия.

защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, защитные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);

- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;

- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- при наличии измерителя мощности дозы (дозиметра), рентгенометра - определить уровень радиации;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее облучение организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться.

Часть С Вариант 2

В вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, защитные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее отравление организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания ватно-марлевой повязкой (носовым платком, куском материи), предварительно смочив ее водой или раствором пищевой соды (при хлоре), раствором лимонной кислоты (при аммиаке) и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться;
- зону заражения необходимо преодолевать в направлении, перпендикулярном направлению ветра;
- при подозрении на отравление исключить любые физические нагрузки, принять обильное теплое питье и обратиться к медицинскому работнику.

Критерии оценивания итоговой контрольной работы. 10 класс.

- 85-100% (22-26 баллов) – 5 (отлично);
- 65-84% (17-21 балл) – 4 (хорошо)
- 40-64% (10-16 баллов) – 3 (удовлетворительно)
- Меньше 40% (0-9 баллов) – 2 (неудовлетворительно)

Бланк ответов

Итоговая контрольная работа по предмету основы безопасности жизнедеятельности
Фамилия И.О. _____ класс _____

Вариант

вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ответ															

Часть В

	В1	В2
Вариант		

Часть С

Итоговая контрольная работа по предмету основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс

Вариант -1

Часть А. Каждому заданию даны варианты ответов, из которых только один правильный

1. Признаком какого заболевания, передающегося половым путем, является появление маленькой язвочки, которую называют твердым шанкром:

- а) сифилис; б) гонорея; в) трихомониаз; г) хламидиоз.

2. Заражение другого лица венерической болезнью или ВИЧ-инфекцией:

- а) не предусматривает какого-либо наказания;
б) предусматривает наказание в уголовном порядке;
в) предусматривает наказание только в административном порядке;
г) подлежит только общественному осуждению;
д) подлежит наказанию в дисциплинарном порядке.

3. Если кровь из поврежденного сосуда истекает на поверхность кожи, то это кровотечение:

- а) внутреннее; б) внешнее; в) наружное; г) поверхностное.

4. Кровь алого цвета, вытекающая пульсирующей струей – это признак:

- а) любого кровотечения; б) капиллярного кровотечения;
в) венозного кровотечения; г) артериального кровотечения,

5. Укажите наиболее надёжный способ временной остановки кровотечения:

- а) наложение давящей повязки на месте кровотечения;
б) наложение жгута на 3-5 см. выше раны; в) максимальное сгибание конечности.

6. Кровоостанавливающий жгут накладывают:

- а) выше раны, отступив от неё 3-5 см.

б) непосредственно на рану, прикрыв её куском марли или бинта;

в) ниже раны, отступив от неё 3-5 см.

7. Рана-это:

а) закрытое повреждение тканей, иногда с разрывом мелких кровеносных сосудов, и образованием кровоподтека;

б) повреждение тканей организма вследствие механического воздействия без нарушения целостности кожи и слизистых оболочек;

в) повреждение тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающееся нарушением целостности кожи и слизистых оболочек, а иногда и более глубоко лежащих тканей.

8. Перед наложением повязки на рану одежду с потерпевшего сначала снимают:

а) с любой стороны; б) со здоровой стороны

в) с травмированной стороны.

9. Ушиб-это:

а) местное открытое повреждение тканей и органов с нарушением целостности наружных покровов;

б) повреждение тканей в результате смещения костей в области сустава относительно друг друга;

в) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов вследствие удара твердым тупым предметом или падения на твердую поверхность.

10. Разрыв связок, мышц, сухожилий, сосудов и нервов, как правило, вызывает;

а) медленное механическое воздействие на мягкие ткани с умеренной силой;

б) быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой;

в) умеренное механическое воздействие на мягкие ткани с не очень большой силой;

11. 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 и на флоте;

в). Особый вид общественной работы граждан Российской Федерации;

г) Особый вид государственной службы граждан Российской Федерации.

12. Составная часть воинской обязанности граждан Российской Федерации, которая заключается в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства, - это:

а) Воинский учет; б) Воинский контроль; в) Учёт военнослужащих.

13. Уставы ВС РФ подразделяются на :

а). Боевые и общевойсковые;

б) Тактические, стрелковые и общевойсковые;

в). Уставы родов войск и строевые.

14. Началом военной службы для граждан, не пребывающих в запасе и призванных на службу, считается:

а). День убытия из военного комиссариата к месту службы;

б). День прибытия в воинское подразделение;

в). День принятия воинской присяги.

15. Почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги — это:

а) ценные подарки; б) ордена и медали; в) ведомственные знаки.

Часть В Выберите три верных ответа из шести предложенных.

В1. Находясь на улице, вы увидели, что приближается буря. Времени укрыться в доме или других постройках у вас фактически нет. Неподалёку от себя вы увидели канаву. Что вы будете делать?

1) Внимательно, но быстро определите расстояние до границы бури.

- 2) Спрячетесь в стоящем рядом строительном вагончике.
- 3) Забежите и спрячетесь за угол первого попавшегося на пути здания.
- 4) Прыгнете в канаву, ляжете на дно и прижмётесь к земле.
- 5) Будете ждать, когда утихнут порывы ветра.
- 6) Перебежите улицу и спрячетесь там под деревом.

В2 В случае схода оползней, селей, обвалов, лавин необходимо как можно скорее оказаться в безопасном месте. Укажите их.

- 1) Склоны гор, где оползневые процессы не очень интенсивны.
- 2) Ущелья и выемки между горами.
- 3) Возвышенности, расположенные с противоположной стороны селеопасного направления.
- 4) Большие деревья с толстыми стволами.
- 5) Склоны гор и возвышенностей, не вовлечённые в оползневой процесс.
- 6) Большие камни, за которыми можно укрыться.

Часть С. Задания с развернутым ответом

С1 У пострадавшего тяжёлое пищевое отравление. Кроме вас, в данной ситуации никого рядом не оказалось. Ваши действия по оказанию первой медицинской помощи до приезда «скорой помощи»?

Итоговая контрольная по предмету основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс.

Вариант -2

Часть А. Каждому заданию даны варианты ответов, из которых только один правильный

1 Заражение ВИЧ- инфекцией предусматривает наказание в виде:

- а) только административного взыскания;
- б) лишения свободы на срок до 8 лет
- в) только дисциплинарного взыскания.

2. Укажите кровотечение, которое чаще возникает при закрытой травме или при падении человека на землю:

- а) внешнее; б) внутриполостное; в) внутреннее; г) наружное

3. Кровотечение, которое возникает при повреждении печени и селезенки, называется:

- а) венозным; б) артериальным; в) внутриполостным г) паренхиматозным.

4. Главное предназначение давящей повязки:

- а) уменьшение боли; б) обеспечение покоя поврежденной части тела;
- в) остановка кровотечения; г) защита раны от вторичного инфицирования

5. Остановка кровотечения приданием поврежденной конечности возвышенного положения применяется главным образом:

- а) при артериальном кровотечении; б) при смешанном кровотечении;
- в) при венозном кровотечении.

6. Особый вид внутреннего кровотечения, при котором нарушается деятельность мозга и внутренних органов – это:

- а) кровотечение в грудную полость; б) кровотечение в полость живота;
- в) кровотечение в полость черепной коробки; г) кровотечение из носа.

7. Повязка, которую накладывают на рану первый раз, называется:

- а) первичной медицинской; б) первичной санитарной;
- в) первичной стерильной; г) первичной бактерицидной

8. Растяжение связок- это:

- а) результат механического воздействия на мягкие ткани не очень большой силы в виде продольной тяги;
- б) стойкое смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности;
- в) закрытое повреждение тканей, часто с разрывом мелких кровеносных сосудов от удара твердым тупым предметом или падением на твердую поверхность

9. Вывих-это:

- а) нарушение целостности кости в результате механического воздействия;
- б) стойкое смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности иногда с разрывом суставной сумки и связок и выходом суставного конца одной из костей из сумки при сильном механическом воздействии;
- в) повреждение мягких тканей под воздействием растягивающей силы

10. Перелом – это:

- а) внезапное смещение суставных концов костей за пределы их нормальной подвижности, иногда с разрывом суставной сумки и связок и выходом суставного конца одной из костей из сумки;
- б) внезапное нарушение целостности кости в результате механического воздействия;
- в) внезапный выход кости за пределы обычной амплитуды движений.

11. 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.

12. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает:

- а) Не годен к военной службе;
- б) ограниченно годен к военной службе;
- в) Годен к военной службе.

13. Общевоинские уставы ВС РФ регламентируют:

- а). Жизнь, быт и деятельность военнослужащих армии;
- б) Действия военнослужащих при ведении военных операций;
- в) Основы ведения боевых действий.

14. Окончанием военной службы считается день:

- а) В который истек срок военной службы;
- б) Подписания приказа об увольнении со срочной военной службы;
- в) Передачи личного оружия другому военнослужащему.

15. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам и защищать ее от врагов – это:

- а) патриотизм; б) героизм; в) воинский долг.

Часть В Выберите три верных ответа из шести предложенных.

В1. При наводнении происходит быстрый подъем воды и затопление прилегающей местности. Назовите вторичные последствия наводнений.

- 1) Спрявление русел извилистых рек.
- 2) Перенос водой вылившихся из повреждённых хранилищ вредных веществ и загрязнение ими обширных территорий.
- 3) Разрушение зданий и сооружений.
- 4) Взрывы промышленных объектов в результате действия волны прорыва.
- 5) Осложнение санитарно-эпидемиологической обстановки.
- 6) Заболачивание местности

В2. Ниже предложены варианты причин образования селей. Выберите верные ответы.

- 1) Подвижки земной коры или землетрясения.
- 2) Наводнения, вызванные авариями на гидросооружениях.

- 3) Лесные и торфяные пожары.
- 4) Естественный процесс разрушения гор.
- 5) Прямое воздействие солнечных лучей на ледники.
- 6) Хозяйственная деятельность человека.

Часть С Задания с развернутым ответом

С1. У вашего родственника или знакомого неожиданно случился обморок. Кроме вас, в данной ситуации никого рядом не оказалось. Ваши действия по оказанию первой медицинской помощи до приезда «скорой помощи»?

Инструкция для обучающихся.

На выполнение итоговой контрольной работы по предмету основы безопасности жизнедеятельности в 11 классе отводится 40 минут.

Контрольная работа состоит из трех частей, которые различаются по форме заданий, степени сложности и количеству заданий

Часть А содержит задания с выбором ответа;

Часть В Выберите три верных ответа из шести предложенных.

Часть С . содержит ситуационные задачи

К каждому из заданий с выбором ответа Части А предлагается несколько вариантов ответов. Только один правильный.

Ответы на задания части С формулируются и записываются учащимися самостоятельно в развернутой форме.

Система оценивания выполнения заданий и контрольной работы в целом

Каждое правильно выполненное задание Части А оценивается 1 баллом. Задание считается выполненным верно, если ученик выбрал (отметил) номер правильного ответа.

Задание считается невыполненным в следующих случаях:

- а. указан номер неправильного ответа;
- б. номер ответа не указан.

При выполнении заданий части В с кратким ответом выберите три верных ответа из шести предложенных.

За полный правильный ответ на каждое из заданий ставится 3 балла. Если в заданиях допущена одна ошибка, то ответ оценивается в 2 балла, если допущены 2 ошибки - 1 балл, 3 ошибки - ставится 0 баллов.

Правильно выполненное задание Части С оценивается - 5 баллами в зависимости от полноты и правильности ответа.

Для прохождения тестирования учащиеся должны иметь:

- письменные принадлежности

Во время проведения тестирования недопустимо:

- использование смартфонов, телефонов, планшетных компьютеров и др. электронной техники.

- оказание помощи со стороны

Итоги тестирования определяются по числу правильных ответов на все вопросы.

Вся работа оценивается 26 баллами

Эталон ответов и критерии оценивания итоговой контрольной работы по предмету основы безопасности жизнедеятельности, 11 класс.

Часть А

вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1вариант	а	б	в	г	б	а	в	б	в	б	г	а	а	а	б
2вариант	б	в	г	в	в	в	в	а	б	б	б	а	а	а	а

Часть В. Выберите три верных ответа из шести предложенных.

	В1	В2
Вариант 1	1,4,5	1,3,5
Вариант 2	3,4,5	1,2,5

Часть С. Задания с развернутым ответом

Вариант 1

С1 У пострадавшего тяжёлое пищевое отравление. Кроме вас, в данной ситуации никого рядом не оказалось. Ваши действия по оказанию первой медицинской помощи до приезда «скорой помощи»?

Ответ Немедленно вызвать «скорую помощь».

Промыть несколько раз желудок до появления чистых промывных вод (заставить больного выпить 3-4 стакана воды или розового раствора марганцовокислого калия, вызывая рвоту раздражением корня языка пальцами).

После промывания дать выпить 2-4 чайные ложки активированного угля или микрокристаллической целлюлозы (МКЦ), растворённые в стакане воды.

Напоить больного большим количеством чая, но не кормить.

Завернуть его в одеяло и обложить грелками для согревания.

Не оставлять больного до прибытия врача одного, так как в любой момент может прекратиться дыхание и кровообращение.

Вариант 2

С1 У вашего родственника или знакомого неожиданно случился обморок. Кроме вас, в данной ситуации никого рядом не оказалось. Ваши действия по оказанию первой медицинской помощи до приезда «скорой помощи»?

Ответ Немедленно вызвать «скорую помощь».

Уложить человека на спину на ровную поверхность без подушки и, подложив что-нибудь под ноги, расстегнуть стесняющую дыхание одежду. Обеспечить приток воздуха, поднести к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом, одеколоном или уксусом. Растирать руки и ноги пострадавшего.

Если сознание не возвратилось в течение 3-4 мин, можно говорить о переходе пострадавшего в состояние комы.

Повернуть человека на живот, чтобы не произошло западания языка и перекрытия дыхательных путей. Растереть ему виски столовым уксусом или одеколоном. Массировать точку перед носом.

Если человек пришёл в себя, очень медленно посадить его (обморок может повториться).

Не разрешать пострадавшему ходить, дожидаться врача, так как обморок может служить показателем тяжёлой болезни или внутреннего кровотечения (особенно при болезнях сердца или беременности).

При остановке сердца начать реанимацию.

Критерии оценивания итоговой контрольной работы. 11класс.

85-100% (22-26 баллов) – 5 (отлично)

65-84%(17-21 балл) – 4 (хорошо)

40-64% (10-16 баллов) – 3 (удовлетворительно)

Меньше 40% (0-9 баллов) – 2 (неудовлетворительно)

Бланк ответов

Итоговая контрольная работа по предмету основы безопасности жизнедеятельности,
11класс

Фамилия И.О. _____ класс _____

Вариант

вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ответ															

Часть В

	В1	В2
Вариант		

Часть С
