

Рабочая программа по учебному предмету "Основы безопасности и защиты Родины" (далее - ОБЗР) разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания и предусматривает непосредственное применение при реализации ОП СОО.

Программа ОБЗР позволит учителю построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Программа ОБЗР в методическом плане обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЗР, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; помогает педагогу продолжить освоение содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная 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 ОБЗР обеспечивает:

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

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

В программе ОБЗР содержание учебного предмета ОБЗР структурно представлено одиннадцатью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими системность и непрерывность изучения предмета на уровнях основного общего и среднего общего образования:

Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства».

Модуль № 2. «Основы военной подготовки».

Модуль № 3. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».

Модуль № 4. «Безопасность в быту».

Модуль № 5. «Безопасность на транспорте».

Модуль № 6. «Безопасность в общественных местах».

Модуль № 7. «Безопасность в природной среде».

Модуль № 8. «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи».

Модуль № 9. «Безопасность в социуме».

Модуль № 10. «Безопасность в информационном пространстве».

Модуль № 11. «Основы противодействия экстремизму и терроризму».

В целях обеспечения преемственности в изучении учебного предмета ОБЗР на уровне среднего общего образования программа ОБЗР 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».

Программа ОБЗР предусматривает внедрение практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажёрных систем и виртуальных моделей. При этом использование цифровой образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным: компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

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.

Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения образовательного процесса по ОБЗР определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегией национальной безопасности Российской Федерации, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400, Национальными целями развития Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденными Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474, государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.

ОБЗР 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 ОБЗР 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 модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Подходы к изучению ОБЗР учитывают современные вызовы и угрозы. ОБЗР входит в предметную область «Основы безопасности и защиты Родины», является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования.

Изучение ОБЗР направлено на формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению

конституционного долга по защите Отечества и 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 И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

Целью изучения ОБЗР на уровне среднего общего образования является овладение основами военной подготовки и 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 ценностей, овладение знаниями и умениями, которые обеспечивают готовность к военной службе, исполнению долга по защите Отечества;

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 ОБЗР на уровне среднего общего образования отводится 68 часов (по 34 часа в каждом классе).

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства»:**

- правовая основа обеспечения национальной безопасности;
- принципы обеспечения национальной безопасности;
- реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации;
- взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов;
- роль правоохранительных органов и специальных служб в обеспечении национальной безопасности;
- роль личности, общества и государства в предупреждении противоправной деятельности;
- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования;
- территориальный и функциональный принцип организации РСЧС, её задачи и примеры их решения;
- права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций;
- задачи гражданской обороны;
- права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны;
- Россия в современном мире, оборона как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности;
- роль Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

### **Модуль № 2. «Основы военной подготовки»:**

- движение строевым шагом, движение бегом, походным шагом, движение с изменением скорости движения, повороты в движении, выполнение воинского приветствия на месте и в движении;
- основы общевойскового боя;
- основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр);
- виды маневра;
- походный, предбоевой и боевой порядок действий подразделений;
- оборона, ее задачи и принципы;
- наступление, задачи и способы;
- требования курса стрельб по организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок;
- правила безопасного обращения с оружием;

изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия;

способы удержания оружия и правильность прицеливания;

назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (автомат Калашникова АК-12, пистолет Ярыгина, пистолет Лебедева);

перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия;

история возникновения и развития робототехнических комплексов;

виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов (далее – БПЛА);

конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа;

история возникновения и развития радиосвязи;

радиосвязь, назначение и основные требования;

предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций;

местность как элемент боевой обстановки;

тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск, сезонные изменения тактических свойств местности;

шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение;

порядок оборудования позиции отделения;

назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка;

понятие оружия массового поражения, история его развития, примеры применения, его роль в современном бою;

поражающие факторы ядерных взрывов;

отравляющие вещества, их назначение и классификация;

внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия;

зажигательное оружие и способы защиты от него;

состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи;

виды боевых ранений и опасность их получения;

алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях;

условные зоны оказания первой помощи;

характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон;

объем мероприятий первой помощи в «красной», «желтой» и «зеленой» зонах;

порядок выполнения мероприятий первой помощи в «красной», «желтой» и «зеленой» зонах;

особенности прохождения службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей;

особенности прохождения службы по контракту;

организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации, Министерства внутренних дел Российской Федерации, Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий;

военно-учебные заведения и военно-учебные центры.

### **Модуль № 3. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства;

соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза);

соотношение понятий «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация»;

общие принципы (правила) безопасного поведения;

индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности;

понятия «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение»;

влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие;

действия, позволяющие предвидеть опасность;

действия, позволяющие избежать опасности;

действия в опасной и чрезвычайной ситуациях;

риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности;

риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества, государства.

### **Модуль № 4. «Безопасность в быту»:**

источники опасности в быту, их классификация;

общие правила безопасного поведения;

защита прав потребителя;

правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете;

причины и профилактика бытовых отравлений, первая помощь, порядок действий в экстренных случаях;

предупреждение бытовых травм;

правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое), первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях;

основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами;

последствия электротравмы;

порядок проведения сердечно-легочной реанимации;

основные правила пожарной безопасности в быту;

термические и химические ожоги, первая помощь при ожогах;

правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и других);

коммуникация с соседями;

меры по предупреждению преступлений;

аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения;

правила безопасного поведения в ситуации аварии на коммунальной системе;

порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними;

действия в экстренных случаях.

## **Модуль № 5. «Безопасность на транспорте»:**

история появления правил дорожного движения и причины их изменчивости;

риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте;

безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности);

взаимосвязь безопасности водителя и пассажира;

правила безопасного поведения при поездке в легковом автомобиле, автобусе;

ответственность водителя, ответственность пассажира;

представления о знаниях и навыках, необходимых водителю;

порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников);

основные источники опасности в метро, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасных или чрезвычайных ситуаций;

основные источники опасности на железнодорожном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций;

основные источники опасности на водном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасной и чрезвычайной ситуации;

основные источники опасности на авиационном транспорте, правила безопасного поведения, порядок действий при возникновении опасной, чрезвычайной ситуации.

### **Модуль № 6. «Безопасность в общественных местах»:**

общественные места и их классификация;

основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа, общие правила безопасного поведения;

опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминогенные ситуации; случаи, когда потерялся человек);

порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки;

эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи, правила безопасного поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу;

правила безопасного поведения при проявлении агрессии;

криминогенные ситуации в общественных местах, правила безопасного поведения, порядок действия при попадании в опасную ситуацию;

порядок действий в случаях, когда потерялся человек (ребёнок; взрослый; пожилой человек; человек с ментальными расстройствами);

порядок действий в ситуации, если вы обнаружили потерявшегося человека;

порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (медицинские и образовательные организации, культурные, торгово-развлекательные учреждения и другие);

меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций;

меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в случае террористического акта.

## **Модуль № 7. «Безопасность в природной среде»:**

- отдых на природе, источники опасности в природной среде;
- основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах;
- общие правила безопасности в походе;
- особенности обеспечения безопасности в лыжном походе;
- особенности обеспечения безопасности в водном походе;
- особенности обеспечения безопасности в горном походе;
- ориентирование на местности;
- карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS);
- порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде;
- источники опасности в автономных условиях;
- сооружение убежища, получение воды и питания;
- способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях, первая помощь при перегревании, переохлаждении и отморожении;
- природные чрезвычайные ситуации;
- общие правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи);
- природные пожары, возможности прогнозирования и предупреждения;
- правила безопасного поведения, последствия природных пожаров для людей и окружающей среды;
- природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными геологическими явлениями и процессами: землетрясения, извержение вулканов, оползни, камнепады;
- возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;
- природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными гидрологическими явлениями и процессами: паводки, половодья, цунами, сели, лавины;
- возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;
- природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными метеорологическими явлениями и процессами: ливни, град, мороз, жара;

возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий, правила безопасного поведения, последствия природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;

влияние деятельности человека на природную среду;

причины и источники загрязнения Мирового океана, рек, почвы, космоса;

чрезвычайные ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий;

экологическая грамотность и разумное природопользование.

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

понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика»;

биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека;

составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие;

общие представления об инфекционных заболеваниях;

механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний;

чрезвычайные ситуации биолого-социального характера, меры профилактики и защиты;

роль вакцинации, национальный календарь профилактических прививок;

вакцинация по эпидемиологическим показаниям;

значение изобретения вакцины для человечества;

неинфекционные заболевания, самые распространённые неинфекционные заболевания;

факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний;

факторы риска возникновения онкологических заболеваний;

факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы;

факторы риска возникновения эндокринных заболеваний;

меры профилактики неинфекционных заболеваний;

роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний;

признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия и другие);

психическое здоровье и психологическое благополучие;

критерии психического здоровья и психологического благополучия;  
основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие;

основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию);

меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья;

первая помощь, история возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи;

состояния, при которых оказывается первая помощь;

мероприятия по оказанию первой помощи;

алгоритм первой помощи;

оказание первой помощи в сложных случаях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно);

действия при прибытии скорой медицинской помощи.

## **Модуль 9. «Безопасность в социуме»:**

определение понятия «общение»;

навыки конструктивного общения;

общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа»;

межличностное общение, общение в группе, межгрупповое общение (взаимодействие);

особенности общения в группе;

психологические характеристики группы и особенности взаимодействия в группе;

групповые нормы и ценности;

коллектив как социальная группа;

психологические закономерности в группе;

понятие «конфликт», стадии развития конфликта;

конфликты в межличностном общении, конфликты в малой группе;

факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта;

способы поведения в конфликте;

деструктивное и агрессивное поведение;

конструктивное поведение в конфликте;  
роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, способы саморегуляции;  
способы разрешения конфликтных ситуаций;  
основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта;  
ведение переговоров при разрешении конфликта;  
опасные проявления конфликтов (буллинг, насилие);  
способы противодействия буллингу и проявлению насилия;  
способы психологического воздействия;  
психологическое влияние в малой группе;  
положительные и отрицательные стороны конформизма;  
эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации;  
убеждающая коммуникация;  
манипуляция в общении, цели, технологии и способы противодействия;  
психологическое влияние на большие группы;  
способы воздействия на большую группу: заражение; убеждение; внушение; подражание;  
деструктивные и псевдопсихологические технологии;  
противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.

### **Модуль № 10. «Безопасность в информационном пространстве»:**

понятия «цифровая среда», «цифровой след»;  
влияние цифровой среды на жизнь человека;  
приватность, персональные данные;  
  
«цифровая зависимость», её признаки и последствия;  
опасности и риски цифровой среды, их источники;  
правила безопасного поведения в цифровой среде;  
вредоносное программное обеспечение;  
виды вредоносного программного обеспечения, его цели, принципы работы;  
правила защиты от вредоносного программного обеспечения;  
кража персональных данных, паролей;  
мошенничество, фишинг, правила защиты от мошенников;  
правила безопасного использования устройств и программ;  
поведенческие опасности в цифровой среде и их причины;

опасные персоны, имитация близких социальных отношений;  
неосмотрительное поведение и коммуникация в Интернете как угроза для будущей жизни и карьеры;  
травля в Интернете, методы защиты от травли;  
деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки;  
механизмы вовлечения в деструктивные сообщества;  
вербовка, манипуляция, «воронки вовлечения»;  
радикализация деструктива;  
профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества;  
правила коммуникации в цифровой среде;  
достоверность информации в цифровой среде;  
источники информации, проверка на достоверность;  
«информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда;  
фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы;  
понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков;  
правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений;  
понятие прав человека в цифровой среде, их защита;  
ответственность за действия в Интернете;  
запрещённый контент;  
защита прав в цифровом пространстве.

### **Модуль № 11. «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества;  
понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь;  
варианты проявления экстремизма, возможные последствия;  
преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия;  
опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки;  
предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность;  
формы террористических актов;  
уровни террористической угрозы;  
правила поведения и порядок действий при угрозе или в случае террористического акта, проведении контртеррористической операции;

правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации;

основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы;

права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

Личностные результаты изучения ОБЗР включают:

#### **1) Гражданское воспитание:**

сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового

и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;

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

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

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

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

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

#### **2) Патриотическое воспитание:**

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

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

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

### **3) Духовно-нравственное воспитание:**

осознание духовных ценностей русского народа и русского воинства;

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

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

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

### **4) Эстетическое воспитание:**

эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

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

### **5) Ценности научного познания:**

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

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

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

**6) Физическое воспитание:**

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

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

потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;

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

**7) Трудовое воспитание:**

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

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

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

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

**8) Экологическое воспитание:**

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

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

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

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения ОБЗР на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

### **Базовые логические действия:**

самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;

моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

### **Базовые исследовательские действия:**

владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

осуществлять различные виды деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

### **Работа с информацией:**

владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;

создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

#### **Общение:**

осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;

распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;

владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;

аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

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

#### **Самоорганизация:**

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;

оценивать приобретённый опыт;

расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень.

#### **Самоконтроль, принятие себя и других:**

оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;

использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения;

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;

принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

#### **Совместная деятельность:**

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;

ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

#### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и способности построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЗР, должны обеспечивать:

1) знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;

2) знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей граждан в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;

3) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации, формирование представления о военной службе;

4) сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки; овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием; сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;

5) сформированность представлений о современном общевойсковом бое; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

6) сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе и образовательных организаций осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;

7) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

8) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

9) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на

транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

10) знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

11) знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

12) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях, инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;

13) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

14) сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

15) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии в том числе экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок

действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции.

Достижение результатов освоения программы ОБЗР обеспечивается посредством достижения предметных результатов освоения модулей ОБЗР.

## **10 КЛАСС**

### **Модуль № 1. «Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства»:**

раскрывать правовые основы и принципы обеспечения национальной безопасности Российской Федерации;

характеризовать роль личности, общества и государства в достижении стратегических национальных приоритетов, объяснять значение их реализации в обеспечении комплексной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации, приводить примеры;

характеризовать роль правоохранительных органов и специальных служб в обеспечении национальной безопасности;

объяснять роль личности, общества и государства в предупреждении противоправной деятельности;

характеризовать правовую основу защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

раскрывать назначение, основные задачи и структуру Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);

объяснять права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

объяснять права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны;

уметь действовать при сигнале «Внимание всем!», в том числе при химической и радиационной опасности;

анализировать угрозы военной безопасности Российской Федерации, обосновывать значение обороны государства для мирного социально-экономического развития страны;

характеризовать роль Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

### **Модуль № 2. «Основы военной подготовки»:**

знать строевые приёмы в движении без оружия;

выполнять строевые приёмы в движении без оружия;

иметь представление об основах общевойскового боя;

иметь представление об основных видах общевойскового боя и способах маневра в бою;

иметь представление о походном, предбоевом и боевом порядке подразделений;

понимать способы действий военнослужащего в бою;

знать правила и меры безопасности при обращении с оружием;

приводить примеры нарушений правил и мер безопасности при обращении с оружием и их возможных последствий;

применять меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием;

знать способы удержания оружия, правила прицеливания и производства меткого выстрела;

определять характерные конструктивные особенности образцов стрелкового оружия на примере автоматов Калашникова АК-74 и АК-12;

иметь представление о современных видах короткоствольного стрелкового оружия;

иметь представление об истории возникновения и развития робототехнических комплексов;

иметь представление о конструктивных особенностях БПЛА квадрокоптерного типа;

иметь представление о способах боевого применения БПЛА;

иметь представление об истории возникновения и развития связи;

иметь представление о назначении радиосвязи и о требованиях, предъявляемых к радиосвязи;

иметь представление о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках современных переносных радиостанций;

иметь представление о тактических свойствах местности и их влиянии на боевые действия войск;

иметь представление о шанцевом инструменте;

иметь представление о позиции отделения и порядке оборудования окопа для стрелка;

иметь представление о видах оружия массового поражения и их поражающих факторах;

знать способы действий при применении противником оружия массового поражения;

понимать особенности оказания первой помощи в бою;

знать условные зоны оказания первой помощи в бою;

знать приемы самопомощи в бою;

иметь представление о военно-учетных специальностях;

знать особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту;

иметь представления о военно-учебных заведениях;

иметь представление о системе военно-учебных центров при учебных заведениях высшего образования.

### **Модуль № 3. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

объяснять смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск (угроза)», «культура безопасности», «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация», объяснять их взаимосвязь;

приводить примеры решения задач по обеспечению безопасности в повседневной жизни (индивидуальный, групповой и общественно-государственный уровни);

знать общие принципы безопасного поведения, приводить примеры;

объяснять смысл понятий «виктимное поведение», «безопасное поведение»;

понимать влияние поведения человека на его безопасность, приводить примеры;

иметь навыки оценки своих действий с точки зрения их влияния на безопасность;

раскрывать суть риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности;

приводить примеры реализации риск-ориентированного подхода на уровне личности, общества, государства.

### **Модуль № 4. «Безопасность в быту»:**

раскрывать источники и классифицировать бытовые опасности, обосновывать зависимость риска (угрозы) их возникновения от поведения человека;

знать права и обязанности потребителя, правила совершения покупок, в том числе в Интернете; оценивать их роль в совершении безопасных покупок;

оценивать риски возникновения бытовых отравлений, иметь навыки их профилактики;

иметь навыки первой помощи при бытовых отравлениях;

уметь оценивать риски получения бытовых травм;

понимать взаимосвязь поведения и риска получить травму;

знать правила пожарной безопасности и электробезопасности, понимать влияние соблюдения правил на безопасность в быту;

иметь навыки безопасного поведения в быту при использовании газового и электрического оборудования;

иметь навыки поведения при угрозе и возникновении пожара;

иметь навыки первой помощи при бытовых травмах, ожогах, порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации;

знать правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и другие);

понимать влияние конструктивной коммуникации с соседями на уровень безопасности, приводить примеры;

понимать риски противоправных действий, выработать навыки, снижающие криминогенные риски;

знать правила поведения при возникновении аварии на коммунальной системе;

иметь навыки взаимодействия с коммунальными службами.

#### **Модуль № 5. «Безопасность на транспорте»:**

знать правила дорожного движения;

характеризовать изменения правил дорожного движения в зависимости от изменения уровня рисков (риск-ориентированный подход);

понимать риски для пешехода при разных условиях, выработать навыки безопасного поведения;

понимать влияние действий водителя и пассажира на безопасность дорожного движения, приводить примеры;

знать права, обязанности и иметь представление об ответственности пешехода, пассажира, водителя;

иметь представление о знаниях и навыках, необходимых водителю;

знать правила безопасного поведения при дорожно-транспортных происшествиях разного характера;

иметь навыки оказания первой помощи, навыки пользования огнетушителем;

знать источники опасности на различных видах транспорта, приводить примеры;

знать правила безопасного поведения на транспорте, приводить примеры влияния поведения на безопасность;

иметь представление о порядке действий при возникновении опасных чрезвычайных ситуаций на различных видах транспорта.

#### **Модуль № 6. «Безопасность в общественных местах»:**

перечислять и классифицировать основные источники опасности в общественных местах;

знать общие правила безопасного поведения в общественных местах, характеризовать их влияние на безопасность;

иметь навыки оценки рисков возникновения толпы, давки;

знать о действиях, которые минимизируют риски попадания в толпу, давку, и о действиях, которые позволяют минимизировать риск получения травмы в случае попадания в толпу, давку;

оценивать риски возникновения ситуаций криминогенного характера в общественных местах;

иметь навыки безопасного поведения при проявлении агрессии;

иметь представление о безопасном поведении для снижения рисков криминогенного характера;

оценивать риски потеряться в общественном месте;

знать порядок действий в случаях, когда потерялся человек;

знать правила пожарной безопасности в общественных местах;

понимать особенности поведения при угрозе пожара и пожаре в общественных местах разного типа;

знать правила поведения при угрозе обрушения или обрушении зданий или отдельных конструкций;

иметь представление о правилах поведения при угрозе или в случае террористического акта в общественном месте.

## **11 КЛАСС**

### **Модуль № 7 «Безопасность в природной среде»:**

выделять и классифицировать источники опасности в природной среде;

знать особенности безопасного поведения при нахождении в природной среде, в том числе в лесу, на водоёмах, в горах;

иметь представление о способах ориентирования на местности; знать разные способы ориентирования, сравнивать их особенности, выделять преимущества и недостатки;

знать правила безопасного поведения, минимизирующие риски потеряться в природной среде;

знать о порядке действий, если человек потерялся в природной среде;

иметь представление об основных источниках опасности при автономном нахождении в природной среде, способах подачи сигнала о помощи;

иметь представление о способах сооружения убежища для защиты от перегрева и переохлаждения, получения воды и пищи, правилах поведения при встрече с дикими животными;

иметь навыки первой помощи при перегреве, переохлаждении, отморожении, навыки транспортировки пострадавших;

называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации;  
выделять наиболее характерные риски для своего региона с учётом географических, климатических особенностей, традиций ведения хозяйственной деятельности, отдыха на природе;

раскрывать применение принципов безопасного поведения (предвидеть опасность; по возможности избежать её; при необходимости действовать) для природных чрезвычайных ситуаций;

указывать причины и признаки возникновения природных пожаров;  
понимать влияние поведения человека на риски возникновения природных пожаров;

иметь представление о безопасных действиях при угрозе и возникновении природного пожара;

называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными геологическими явлениями и процессами;

раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;

иметь представление о правилах безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами;

оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;

называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными гидрологическими явлениями и процессами;

раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;

иметь представление о правилах безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами;

оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;

называть и характеризовать природные чрезвычайные ситуации, вызванные опасными метеорологическими явлениями и процессами;

раскрывать возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;

знать правила безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами;

оценивать риски природных чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами, для своего региона, приводить примеры риск-ориентированного поведения;

характеризовать источники экологических угроз, обосновывать влияние человеческого фактора на риски их возникновения;

характеризовать значение риск-ориентированного подхода к обеспечению экологической безопасности;

иметь навыки экологической грамотности и разумного природопользования.

### **Модуль № 8. «Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи»:**

объяснять смысл понятий «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика» и выявлять взаимосвязь между ними;

понимать степень влияния биологических, социально-экономических, экологических, психологических факторов на здоровье;

понимать значение здорового образа жизни и его элементов для человека, приводить примеры из собственного опыта;

характеризовать инфекционные заболевания, знать основные способы распространения и передачи инфекционных заболеваний;

иметь навыки соблюдения мер личной профилактики;

понимать роль вакцинации в профилактике инфекционных заболеваний, приводить примеры;

понимать значение национального календаря профилактических прививок и вакцинации населения, роль вакцинации для общества в целом;

объяснять смысл понятия «вакцинация по эпидемиологическим показаниям»;

иметь представление о чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера, действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера (на примере эпидемии);

приводить примеры реализации риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

характеризовать наиболее распространённые неинфекционные заболевания (сердечно-сосудистые, онкологические, эндокринные и другие), оценивать основные факторы риска их возникновения и степень опасности;

характеризовать признаки угрожающих жизни и здоровью состояний (инсульт, сердечный приступ и другие);

иметь навыки вызова скорой медицинской помощи;

понимать значение образа жизни в профилактике и защите от неинфекционных заболеваний;

раскрывать значение диспансеризации для ранней диагностики неинфекционных заболеваний, знать порядок прохождения диспансеризации;

объяснять смысл понятий «психическое здоровье» и «психологическое благополучие», характеризовать их влияние на жизнь человека;

знать основные критерии психического здоровья и психологического благополучия;

характеризовать факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие;

иметь представление об основных направлениях сохранения и укрепления психического здоровья и психологического благополучия;

характеризовать негативное влияние вредных привычек на умственную и физическую работоспособность, благополучие человека;

характеризовать роль раннего выявления психических расстройств и создания благоприятных условий для развития;

объяснять смысл понятия «инклюзивное обучение»;

иметь навыки, позволяющие минимизировать влияние хронического стресса;

характеризовать признаки психологического неблагополучия и критерии обращения за помощью;

знать правовые основы оказания первой помощи в Российской Федерации;

объяснять смысл понятий «первая помощь», «скорая медицинская помощь», их соотношение;

знать о состояниях, при которых оказывается первая помощь, и действиях при оказании первой помощи;

иметь навыки применения алгоритма первой помощи;

иметь представление о безопасных действиях по оказанию первой помощи в различных условиях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно).

### **Модуль № 9. «Безопасность в социуме»:**

объяснять смысл понятия «общение»; характеризовать роль общения в жизни человека, приводить примеры межличностного общения и общения в группе;

иметь навыки конструктивного общения;  
объяснять смысл понятий «социальная группа», «малая группа», «большая группа»;  
характеризовать взаимодействие в группе;  
понимать влияние групповых норм и ценностей на комфортное и безопасное взаимодействие в группе, приводить примеры;  
объяснять смысл понятия «конфликт»;  
знать стадии развития конфликта, приводить примеры;  
характеризовать факторы, способствующие и препятствующие развитию конфликта;  
иметь навыки конструктивного разрешения конфликта;  
знать условия привлечения третьей стороны для разрешения конфликта;  
иметь представление о способах пресечения опасных проявлений конфликтов;  
раскрывать способы противодействия буллингу, проявлениям насилия;  
характеризовать способы психологического воздействия;  
характеризовать особенности убеждающей коммуникации;  
объяснять смысл понятия «манипуляция»;  
называть характеристики манипулятивного воздействия, приводить примеры;  
иметь представления о способах противодействия манипуляции;  
раскрывать механизмы воздействия на большую группу (заражение, убеждение, внушение, подражание и другие), приводить примеры;  
иметь представление о деструктивных и псевдопсихологических технологиях и способах противодействия.

#### **Модуль № 10. «Безопасность в информационном пространстве»:**

характеризовать цифровую среду, её влияние на жизнь человека;  
объяснять смысл понятий «цифровая среда», «цифровой след», «персональные данные»;  
анализировать угрозы цифровой среды (цифровая зависимость, вредоносное программное обеспечение, сетевое мошенничество и травля, вовлечение в деструктивные сообщества, запрещённый контент и другие), раскрывать их характерные признаки;  
иметь навыки безопасных действий по снижению рисков, и защите от опасностей цифровой среды;  
объяснять смысл понятий «программное обеспечение», «вредоносное программное обеспечение»;  
характеризовать и классифицировать опасности, анализировать риски, источником которых является вредоносное программное обеспечение;

иметь навыки безопасного использования устройств и программ;  
перечислять и классифицировать опасности, связанные с поведением людей в цифровой среде;

характеризовать риски, связанные с коммуникацией в цифровой среде (имитация близких социальных отношений; травля; шантаж разглашением сведений; вовлечение в деструктивную, противоправную деятельность), способы их выявления и противодействия им;

иметь навыки безопасной коммуникации в цифровой среде;

объяснять смысл и взаимосвязь понятий «достоверность информации», «информационный пузырь», «фейк»;

иметь представление о способах проверки достоверности, легитимности информации, её соответствия правовым и морально-этическим нормам;

раскрывать правовые основы взаимодействия с цифровой средой, выработать навыки безопасных действий по защите прав в цифровой среде;

объяснять права, обязанности и иметь представление об ответственности граждан и юридических лиц в информационном пространстве.

#### **Модуль № 11. «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

характеризовать экстремизм и терроризм как угрозу благополучию человека, стабильности общества и государства;

объяснять смысл и взаимосвязь понятий «экстремизм» и «терроризм»; анализировать варианты их проявления и возможные последствия;

характеризовать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность, выработать навыки безопасных действий при их обнаружении;

иметь представление о методах и видах террористической деятельности;

знать уровни террористической опасности, иметь навыки безопасных действий при их объявлении;

иметь представление о безопасных действиях при угрозе (обнаружение бесхозных вещей, подозрительных предметов и другие) и в случае террористического акта (подрыв взрывного устройства, наезд транспортного средства, попадание в заложники и другие), проведении контртеррористической операции;

раскрывать правовые основы, структуру и задачи государственной системы противодействия экстремизму и терроризму;

объяснять права, обязанности и иметь представление об ответственности граждан и юридических лиц в области противодействия экстремизму и терроризму.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практичес кие работы	
1	Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства	4	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
2	Основы военной подготовки	12	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
3	Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе	2			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
4	Безопасность в быту	6			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
5	Безопасность на транспорте	5			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
6	Безопасность в общественных местах	5	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/8332b07b">https://m.edsoo.ru/8332b07b</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	3	0	

## 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Безопасность в природной среде	7	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
2	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи	7	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
3	Безопасность в социуме	7			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
4	Безопасность в информационном пространстве	7			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
5	Основы противодействия экстремизму и терроризму	6	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/2d60fb5a">https://m.edsoo.ru/2d60fb5a</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	3	0	



## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изуче ния	Электронные цифровые образовательны е ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практиче ские работы		
1	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/ea0fff3">https://m.edsoo.ru/ea0fff3</a>
2	Стартовая диагностика Государственная и общественная безопасность	1	1			
3	Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1				
4	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны	1				
5	Строевые приемы и	1				

	движение без оружия (строевая подготовка)					
6	Основные виды тактических действий войск (тактическая подготовка)	1				
7	Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами (огневая подготовка)	1				
8	Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия (огневая подготовка)	1				
9	Беспилотные летательные аппараты (БПЛА) – эффективное средство вооруженной борьбы (основы	1				

	технической подготовки и связи)					
10	Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций (основы технической подготовки и связи)	1				
11	Свойства местности и их применение в военном деле (военная топография)	1				
12	Фортификационное оборудование позиции отделения. Виды укрытий и убежищ (инженерная подготовка)	1				
13	Оружие массового поражения (радиационная, химическая,	1				

	биологическая защита)					
14	Первая помощь на поле боя (военно-медицинская подготовка. Тактическая медицина)	1				
15	Контрольная работа №1. Первая помощь на поле боя (военно-медицинская подготовка. Тактическая медицина)	1	1			
16	Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры (тактическая подготовка)	1				
17	Современные представления о культуре безопасности	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/3488963">https://m.edsoo.ru/3488963</a>
18	Влияние	1				Библиотека

	поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства					ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/ca989222">https://m.edsoo.ru/ca989222</a>
19	Источники опасности в быту	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/ee497bff">https://m.edsoo.ru/ee497bff</a>
20	Профилактика и первая помощь при отравлениях	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/1146f112">https://m.edsoo.ru/1146f112</a>
21	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/1146f112">https://m.edsoo.ru/1146f112</a>
22	Пожарная безопасность в быту	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/1146f112">https://m.edsoo.ru/1146f112</a>
23	Безопасное поведение в местах общего пользования	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/63b34161">https://m.edsoo.ru/63b34161</a>
24	Безопасное поведение в местах общего	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/63b34161">https://m.edsoo.ru/63b34161</a>

	пользования					
25	Безопасность дорожного движения	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/3eb0db0c">https://m.edsoo.ru/3eb0db0c</a>
26	Безопасность дорожного движения	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/3eb0db0c">https://m.edsoo.ru/3eb0db0c</a>
27	Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/ec659795">https://m.edsoo.ru/ec659795</a>
28	Безопасное поведение на разных видах транспорта	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/b4cebedd">https://m.edsoo.ru/b4cebedd</a>
29	Безопасное поведение на разных видах транспорта	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/b4cebedd">https://m.edsoo.ru/b4cebedd</a>
30	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/a196276c">https://m.edsoo.ru/a196276c</a>
31	Опасности криминального характера, меры защиты от них	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/a196276c">https://m.edsoo.ru/a196276c</a>
32	Опасности криминального	1				Библиотека ЦОК

	о характера, меры защиты от них					<a href="https://m.edsoo.ru/a2e1b5d5">https://m.edsoo.ru/a2e1b5d5</a>
33	Итоговая контрольная работа (промежуточная аттестация) Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта	1	1			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/b12d5cd5">https://m.edsoo.ru/b12d5cd5</a>
34	Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/b12d5cd5">https://m.edsoo.ru/b12d5cd5</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	0		

## 11 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изуче ния	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрол ьные работы	Практич еские работы		
1	Безопасность в природной среде	1				
2	Входная контрольная работа Выживание в автономных условиях	1	1			[[Библиотека ЦОК
3	Природные чрезвычайные ситуации. Природные пожары	1				[[Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/4dd59356">https://m.edsoo.ru/4dd59356</a>
4	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные геологически е явления и процессы: землетрясени я, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/d331f5d5">https://m.edsoo.ru/d331f5d5</a>
5	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные гидрологичес	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/552ec0cd">https://m.edsoo.ru/552ec0cd</a>

	кие явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины					
6	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные метеорологические явления и процессы: ливни, град, мороз, жара	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/12845814">https://m.edsoo.ru/12845814</a>
7	Экологическая грамотность и разумное природопользование	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/6beae69f">https://m.edsoo.ru/6beae69f</a>
8	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/cf0d6e0f">https://m.edsoo.ru/cf0d6e0f</a>
9	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями и	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/a38c6e17">https://m.edsoo.ru/a38c6e17</a>
10	Инфекционные	1				

	заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционны ми заболеваниям и					
11	Неинфекцион ные заболевания. Факторы риска и меры профилактики . Роль диспансериза ции для сохранения здоровья	1				
12	Психическое здоровье и психологичес кое благополучие	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/d4ee0176">https://m.edsoo.ru/d4ee0176</a>
13	Первая помощь пострадавшем у	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/e58b334d">https://m.edsoo.ru/e58b334d</a>
14	Контрольная работа №1 Первая помощь пострадавшем у	1	1			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/e58b334d">https://m.edsoo.ru/e58b334d</a>
15	Общение в жизни человека. Межличностн ое общение,	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/b20971f2">https://m.edsoo.ru/b20971f2</a>

	общение в группе					
16	Конфликты и способы их разрешения	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/c66f9d2e">https://m.edsoo.ru/c66f9d2e</a>
17	Конфликты и способы их разрешения	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/c66f9d2e">https://m.edsoo.ru/c66f9d2e</a>
18	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/738187f6">https://m.edsoo.ru/738187f6</a>
19	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/738187f6">https://m.edsoo.ru/738187f6</a>
20	Психологические механизмы воздействия на большие группы людей	1				
21	Психологические механизмы воздействия на большие группы людей	1				
22	Безопасность в цифровой среде	1				<a href="https://m.edsoo.ru/d526ac0711">https://m.edsoo.ru/d526ac0711</a>
23	Опасности,	1				

	связанные с использованием программного обеспечения					
24	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде	1				
25	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде	1				
26	Достоверность информации в цифровой среде	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/3906b95b">https://m.edsoo.ru/3906b95b</a>
27	Достоверность информации в цифровой среде	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/3906b95b">https://m.edsoo.ru/3906b95b</a>
28	Защита прав в цифровом пространстве	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/39a257c1">https://m.edsoo.ru/39a257c1</a>
29	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/98341000000">https://m.edsoo.ru/98341000000</a>
30	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/98341000000">https://m.edsoo.ru/98341000000</a>

	развития общества					
31	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/fbc7d6cc">https://m.edsoo.ru/fbc7d6cc</a>
32	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/fbc7d6cc">https://m.edsoo.ru/fbc7d6cc</a>
33	Итоговая контрольная работа (промежуточная аттестация) Противодействие экстремизму и терроризму	1	1			Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/1e56ec00">https://m.edsoo.ru/1e56ec00</a>
34	Противодействие экстремизму и терроризму	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/1e56ec00">https://m.edsoo.ru/1e56ec00</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	0		

## **Оценочные материалы**

### **Средства контроля и оценки результатов обучения**

1. Тестовые задания (7- 15 мин).
2. Устный опрос (7-15 мин)
3. Контрольные работы (входная, промежуточная и итоговая)

*Все тестовые задания оцениваются:*

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

*Критерии оценивания:*

- «2» - менее 50% правильных ответов.
- «3» - от 50% до 60% правильных ответов.
- «4» - от 60% до 85% правильных ответов.
- «5» - от 85% и более правильных ответов.

***Оценка устных ответов обучающегося:***

***Ответ оценивается отметкой «5», если обучающийся:***

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

***Ответ оценивается отметкой «4», если: он удовлетворяет в основном требованиям на***

***отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:***

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

***Отметка «3» ставится в следующих случаях:***

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

***Отметка «2» ставится в следующих случаях:***

- не раскрыто основное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала.

## Стартовая диагностика 10 класс

При артериальном кровотечении кровь истекает:

- а) фонтанчиком
- б) ручейком
- в) капельками

2. К физическому способу остановки кровотечения относится:

- а) применение холода
- б) применение перекиси водорода
- в) переливание малых доз крови

3. Как правильно обработать рану:

а) вокруг раны обрабатывают спиртосодержащим раствором, края раны смазывают раствором йода и накладывают стерильную повязку

б) рану обрабатывают водой с мылом, затем края раны смазывают йодом и накладывают стерильную повязку

в) не обрабатывая, накладывают стерильную повязку и срочно обращаются в больницу

4. Чтобы снизить воздействие формальдегида на организм человека необходимо:

- а) выращивать дома как можно больше растений
- б) на окна в часы пик вешать марлю
- в) стараться не курить в помещении

5. Чтобы избежать отравления пестицидами при покупке продуктов необходимо:

- а) смотреть на цвет и вкус продукта
- б) спрашивать, откуда привезен продукт
- в) спрашивать сертификат качества продукта

6. Самые простые средства уничтожения болезнетворных микроорганизмов:

а) мыло и горячая вода

б) пылесос

в) веник

7. Избыточная энергия, поступающая в организм с пищей, опасна для здоровья человека,

так как приводит:

а) к увеличению массы тела человека

б) к физическому утомлению

в) к гиподинамии

8. К жирам животного происхождения относится:

а) сметана

б) кукурузное масло

в) подсолнечное масло

9. Какую роль играют витамины в развитии человека:

а) являются главными источниками энергии

б) являются строительным материалом

в) обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов

10. Последний прием пищи должен быть не менее чем за:

а) 2-3 часа до сна

б) 1 час до сна

в) 3-4 часа до сна

11. Здоровье это:

а) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков

б) отсутствие у него болезней и физических недостатков

в) отсутствие у него болезней и физических недостатков, а также оптимальное сочетание

здорового образа жизни с умственным и физическим трудом

12. Ежедневная потребность в суточном сне у взрослого человека составляет:

а) 7 – 8 часов

б) 5 -6 часов

в) 10 – 12 часов

13. Местные водные процедуры это:

а) утреннее умывание, мытье рук перед едой, мытье ног перед сном

б) обтирания

в) обливания

14. При купании температура воды в водоеме должна быть не ниже:

а) 18°C

б) 20°C

в) 22°C

15. Алкоголь, попавший в организм человека:

а) растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы

б) быстро выводится из организма вместе с мочой

в) не выводится из организма до самой смерти

**Варианты правильных ответов на вопросы теста**

**1 -а, 2-а, 3-а, 4-а, 5-в, 6-а, 7-а, 8-а, 9-в, 10-а, 11-а, 12-а, 13-а, 14-б, 15-а**

**Контрольная работа №1 в 10 классе.**

1 вариант

№ 1

Выберите один правильный ответ.

1.Если в Лицее раздаются три коротких звонка, что нужно делать:

- А) быстро эвакуироваться через раздевалку
- Б) ждать посыльного или дежурного администратора
- В) слушать сообщение через радиоузел

2.Эффективное средство индивидуальной защиты органов дыхания при пожаре:

- А) сухая ВМП В) ВМП, смоченная раствором аммиака
- Б) ВМП, смоченная водой Г) противогаз ГП-5 или ГП-7

3.Признаки отравления угарным газом:

- А) потеря сознания В) судороги в руках и ногах
- Б) чрезмерная весёлость Г) сухость в горле

4.Здоровье зависит от образа жизни на:

- а) 10% б) 20% в) 50% г) 30%

5.К какому из варианту ответов привыкание проходит быстрее?

- а) табак в) алкоголь
- б) наркотики г) токсикаты

8.Прививка от гриппа – это:

- а) естественный приобретённый иммунитет
- б) естественный врождённый иммунитет
- в) искусственный активный иммунитет
- г) искусственный пассивный иммунитет

11.Соотношение белки : жиры : углеводы в пище составляет:

а) 20 % : 30% : 50%

б) 30% : 20% : 50%

в) 50% : 30% : 20%

12. Эпидемия – это:

а) страшные заболевания, при которых медицина бессильна

б) повальная болезнь человека и животных

в) широкое распространение заразной болезни

г) узкое распространение инфекции

13. Карантин – это:

а) временная изоляция лиц, соприкасавшихся с заразными больными или перенёсшими эпидемическую болезнь

б) область на поверхности земли, расположенная над очагом землетрясения в) пункт санитарного осмотра прибывших из местности, пораженной эпидемией

г) широкое распространение заразной болезни

19. Сирена и прерывистые гудки предприятий означают сигнал оповещения:

А) «Внимание всем!» Б) «Внимание! Опасность!» В) «Тревога!»

20. Что необходимо сделать, чтобы предотвратить распространение инфекции:

а) установить эпицентр

б) установить карантин

в) провести экологическую экспертизу

г) провести мониторинг

№ 2.

Выбрать верные утверждения, выписать их номера.

3. Слабоумные люди не подлежат уголовной ответственности

4. При дератизации уничтожаются насекомые.

5. Утомление и переутомление – это одно и то же.

7. Слабые сигареты безвредны.

8. Пьянство и алкоголизм это не одно и то же.

№ 3.

Определите термин:

2. Комплекс мероприятий, направленных на предупреждение болезней, сохранение здоровья и продление жизни человека –

3. Полная изоляция очага заражения от населения –

5. Временное снижение работоспособности организма человека –

№ 4.

Ответить на вопросы.

1. Перечислите основные механизмы передачи инфекции.

2. Какие законы обеспечивают безопасность в России?

№ 5.

Задание не оценивается.

С какими методами нетрадиционной терапии вы знакомы? Какие методы испробовали на

себе при лечении или профилактике болезней?

Можно добавить другие известные вам методы лечения.

Физио – лито - арт -

Фито – апи - музыка -

Соко – металло - аромо –

Водо – магнито - дендро – терапия

Гелио – цвето - точечный массаж

2 вариант

№ 1

Выберите один правильный ответ.

1. Болезнь, возбудителем которой является насекомое:

- а) холера
- б) сонная болезнь
- в) тиф
- г) малярия

2. Уничтожение во внешней среде вредоносных насекомых:

- а) дератизация
- б) дезинфекция
- в) дезинсекция
- г) департация

4. Самый главный враг в любой ЧС (чрезвычайной ситуации):

А) страх В) незнание курса ОБЖ

Б) неверие в свои силы Г) паника 5. Какой фактор пожара является наиболее опасным:

- А) дым В) угарный газ
- Б) огонь Г) сажа, копоть

6. Инфекционная болезнь, которая получила распространение среди большого числа людей:

- а) пандемия
- б) эпидемия
- в) обсервация

10. Назовите основной закон государства в РФ:

- а) Уголовный кодекс РФ
- б) Конституция РФ

в) Указ Президента РФ

г) Конвенция Организации объединённых наций «О правах человека»

11. Учение о заразных болезнях:

а) этология

б) экология

в) эпидемиология

г) дендрология

12. Что необходимо сделать, чтобы предотвратить распространение инфекции:

а) установить эпицентр

б) установить карантин

в) провести экологическую экспертизу

г) провести мониторинг

19. Притиводифтерийная вакцина даёт:

а) естественный приобретённый иммунитет

б) естественный врождённый иммунитет

в) искусственный активный иммунитет

г) искусственный пассивный иммунитет

20. Вирус СПИДа не передаётся:

а) половым способом

б) через укусы насекомых

в) через инъекции

г) через переливание крови

21. «Пик» активности работы головного мозга:

а) 8.00 - 9.00

б) 10.00 - 12.00

в) 13.00 - 14.00

г) 18.00 - 20.00

№ 2.

Выбрать верные утверждения, выписать их номера.

1. Возбудитель СПИДа – вирус.
2. Основной способ заражения СПИДом в России – половой.
4. Солнце, воздух и вода - основные средства закаливания.
6. Грипп передаётся воздушно-капельным путём.
9. Пирсинг и тату могут стать причиной СПИДа.

№ 3.

Определите термин:

Состояние невосприимчивости к возбудителям инфекционных болезней –

Препарат из ослабленных или убитых микробов, а также продуктов их деятельности –

Периодически повторяющиеся изменения биологических процессов в живых организмах

–№ 4.

Ответить на вопросы.

1. Периоды инфекционной болезни.
2. Основные составляющие здорового образа жизни.

№ 5.

Задание не оценивается.

С какими методами нетрадиционной терапии вы знакомы? Какие методы испробовали на

себе при лечении или профилактике болезней?

Можно добавить другие известные вам методы лечения.

Физио – лито - арт -

Фито – апи - музыка -

Соко – металло - аромо –

Водо – магнито - дендро – терапия

Гелио – цвето - точечный массаж

№ 1

Отметьте правильный ответ плюсом.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

А

+

+

Б

+

+

+

В

+

+

+

+

Г

+

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

А

+

+

+

+

+

Б

+

+

+

В

+

Г

+

№ 2.

Отметьте верные утверждения плюсом.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

+

+

+

+

+

№ 3.

Запишите термин.

1

2

3

4

5

вакцина

профилактика

карантин

биоритмы

утомление

№ 4.

1. Основные механизмы передачи инфекции:

Пищевой (алиментарный) – брюшной тиф, холера, дизентерия, гепатит А,...

Водный - гепатит А, холера, брюшной тиф,...

Воздушно-капельный – грипп, корь, дифтерия, краснуха, оспа,...

Воздушно-пылевой – туберкулёз, пневмония, столбняк,...

Контактно-бытовой – скарлатина, сибирская язва,...

Через переносчиков - сыпной тиф, энцефалит, чума, малярия.

2. Законы, обеспечивающие безопасность в России:

«Конституция РФ»

«О воинской обязанности и военной службе»

«О безопасности»

«О пожарной безопасности»

«О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного

характера»

«Об обороне»

«О гражданской обороне»

2 вариант

№ 1

Отметьте правильный ответ плюсом.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

А

+

Б

+

+

+

+

В

+

+

Г

+

+

+

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

А

+

+

+

+

Б

+

+

+

В

+

+

Г

+№ 2.

Отметьте верные утверждения плюсом.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

+

+

+

+

+

+

+

+

№ 3.

Запишите термин.

1

2

3

4

5

иммуни

тет

вакцин

а

профилактик

ика

карантин

биорит

мы

№ 4.

1. Периоды инфекционной болезни:

скрытый (инкубационный)

начало заболевания (предвестники болезни)

активное проявление заболевания (специфические признаки болезни)

исход (выздоровление, рецидив (возврат болезни), осложнение, смерть)

2. Основные составляющие здорового образа жизни:

умеренное и сбалансированное питание

режим дня с учётом биоритмов

достаточная двигательная активность

закаливание

личная гигиена

грамотное экологическое поведение

психогигиена и умение управлять своими эмоциями

сексуальное поведение

отказ от вредных привычек

безопасное поведение в быту, на улице, в школе

### **Итоговая контрольная работа (промежуточная аттестация) 10 класс**

#### **1. Назовите основную цель вынужденного автономного пребывания человека в природе?**

- а) Отработка навыков поведения в природных условиях;
- б) Вернуться к привычным условиям существования;
- в) Совершенствовать свое духовное и физическое здоровье.

#### **2. Как называется угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир?**

- а) Ориентир;
- б) Маршрут;
- в) Азимут.

#### **3. Как называется Закон, который предусматривает ответственность за участие в террористической деятельности?**

- а) УК РФ;
- б) Конституция РФ;
- в) Конвенция о правах.

#### **4. Кто такие несовершеннолетние, согласно УК РФ?**

- а) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14 лет;
- б) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14, но не исполнилось 18

лет;

в) Лица, которым ко времени совершения преступления не исполнилось 18 лет;

**5. Какие виды наказаний могут назначаться несовершеннолетним, согласно ст.88 УК РФ?**

а) Штраф при наличии заработка, арест, исправительные работы;

б) Пожизненное лишение свободы;

в) Штраф при наличии заработка, заключение в специальных учреждениях.

**6. Как называется обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате**

**аварии опасного природного явления, стихийного природного явления, которые могут**

**повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий**

**жизнедеятельности.**

а) Авария;

б) Катастрофа; в) Чрезвычайная ситуация.

**7. Какова основная цель создания Единой государственной системы предупреждения и**

**ликвидации чрезвычайной ситуации (РСЧС)?**

а) Объединение усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств

для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

б) Направление усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств;

в) Развитие методов и приемов органов гос. управления.

**8. Как называется закон РФ, в котором закреплена правовая основа обеспечения**

**безопасности личности, общества и государства?**

- а) ФЗ «О гражданской обороне»;
- б) ФЗ «Об обороне»;
- в) ФЗ «О безопасности»;

**9. Как называется система мероприятий по подготовке к защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при возникновении ЧС природного и техногенного характера?**

- а) Обязанности государства;
- б) Система профилактических мероприятий;
- в) Гражданская оборона;

**10. Что относится к химическому оружию?**

- а) Шариковые и фугасные авиабомбы;
- б) Зарин, фосген, адамсит, синильная кислота;
- в) ВИ – ИКС, мины, фугасы, СИ- Эс.

**11. Какой сигнал оповещает население о ЧС?**

- а) Рассылание памяток с правилами поведения;
- б) Сигнал «Внимание всем!» с использованием сетей проводного, радио и телевизионного вещания;
- в) «Сарафанное радио».

**12. На какие виды подразделяются защитные сооружения гражданской обороны в**

**зависимости от защитных свойств?**

- а) Убежища, ПРУ, щели;
- б) ПРУ, подвалы, укрытия;
- в) Заглубленные сооружения; укрытия, горные выработки.

**13. Какие СИЗ предназначены для защиты органов дыхания?**

- а) Защитный комбинезон, респиратор;
- б) Противопыльные тканевые маски; плащи, накидки из прорезиненной ткани;
- в) Фильтрующие противогазы; ватно-марлевые повязки.

**14. Как называются работы в зоне чрезвычайных ситуаций, которые проводятся с целью**

**поиска и удаления людей за пределы зон действия опасных и вредных для жизни и**

**здоровья факторов, оказания неотложной медицинской помощи пострадавшим и эвакуации их в лечебные учреждения, где для спасенных создаются необходимые условия?**

- а) Медицинские работы;
- б) Аварийно-спасательные работы;
- в) Неотложные работы.

**15. Кто возглавляет гражданскую оборону общеобразовательного учреждения?**

- а) Директор школы;
- б) Учитель, назначенный директором специальным приказом;

в) Завуч по ВР.

**16. Как называется широкое распространение болезни животных в районе или в стране?**

- а) Эпидемия;
- б) Пандемия;
- в) Эпизоотия.

**17. На каком этапе развития инфекционной болезни устанавливают окончательный диагноз?**

- а) Начальный этап;
- б) Инкубационный период;
- в) Период разгара болезни.

**18. Как называется активное наблюдение за своим состоянием?**

- а) Утомление;
- б) Самочувствие;

**19. Как называется состояние временного снижения работоспособности человека?**

- а) Утомление;
- б) Ослабление иммунитета;
- в) Биологические ритмы.

**20. Что такое курение?**

- а) Это внутриклеточный яд, разрушающе действующий на все системы и органы человека;
- б) Это привычка вдыхать дым тлеющего табака;
- в) Это пристрастие к наркотическим веществам.

**21. Кто положил начало формированию служилого дворянства?**

- а) Иван III;
- б) Иван IV;
- в) Петр I.

**22. Кем было организовано Централизованное управление армией?**

- а) Иваном III;
- б) Иваном IV;
- в) Иваном Великим.

**23. В 1701 году Петром I в регулярные полки драгун было реорганизовано...**

- а) стрелецкое войско;
- б) поместное войско;
- в) пехота.

**24. Какая армия формировалась по принципу добровольности и рекомендаций?**

- а) Красная Армия;
- б) ВС РФ;
- в) Стрелецкое войско

**25. Кто в соответствии с Конституцией является верховным главнокомандующим ВС**

**РФ?**

- а) министр обороны;
- б) Президент Российской Федерации;
- в) председатель Федерального собрания.

**26. Что составляет главную ударную силу Сухопутных войск?**

- а) танковые войска;
- б) мотострелковые войска;

в) артиллерия.

**27. Как называется самый многочисленный вид войск Российской Федерации?**

а) Ракетные войска стратегического назначения;

б) Военно - воздушные силы;

в) Сухопутные войска.

**28. Войска гражданской обороны входят в состав...**

а) Военно - морского флота;

б) Сухопутных войск;

в) других войск (вне системы Министерства обороны Российской Федерации)

**29. 9-мм пистолет Макарова ПМ предназначен для...**

а) поражения противника на коротких расстояниях;

б) борьбы с групповыми целями;

в) поражения огневых средств противника.

**Ключи**

1. б

2. б.

3. а

4. б

5. а

6. в

7. а

8. в

9. в

10. б

11. б

12. a

13. B

14. б

15. a

16. B

17. B

18. B

19. a

20. б

21. B

22. б

23. б

24. a

25. б

26. a

27. B

28. B

29. a

## **Входная контрольная работа 11 класс**

**1. Назовите основную цель вынужденного автономного пребывания человека в природе?**

- а) Отработка навыков поведения в природных условиях;
- б) Вернуться к привычным условиям существования;
- в) Совершенствовать свое духовное и физическое здоровье.

**2. Как называется угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир?**

- а) Ориентир;
- б) Маршрут;
- в) Азимут.

**3. Как называется Закон, который предусматривает ответственность за участие в террористической деятельности?**

- а) УК РФ;
- б) Конституция РФ;
- в) Конвенция о правах.

**4. Кто такие несовершеннолетние, согласно УК РФ?**

- а) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14 лет;
- б) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14, но не исполнилось 18 лет;
- в) Лица, которым ко времени совершения преступления не исполнилось 18 лет;

**5. Какие виды наказаний могут назначаться несовершеннолетним, согласно ст.88 УК РФ?**

- а) Штраф при наличии заработка, арест, исправительные работы;
- б) Пожизненное лишение свободы;

в) Штраф при наличии заработка, заключение в специальных учреждениях.

**6. Как называется обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате**

**аварии опасного природного явления, стихийного природного явления, которые могут**

**повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий**

**жизнедеятельности.**

а) Авария;

б) Катастрофа;

в) Чрезвычайная ситуация.

**7. Какова основная цель создания Единой государственной системы предупреждения и**

**ликвидации чрезвычайной ситуации (РСЧС)?**

а) Объединение усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств

для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

б) Направление усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств;

в) Развитие методов и приемов органов гос. управления.

**8. Как называется закон РФ, в котором закреплена правовая основа обеспечения безопасности личности, общества и государства?**

а) ФЗ «О гражданской обороне»;

б) ФЗ «Об обороне»;

в) ФЗ «О безопасности»;

**9. Как называется система мероприятий по подготовке к защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при возникновении ЧС природного и техногенного характера?**

- а) Обязанности государства;
- б) Система профилактических мероприятий;
- в) Гражданская оборона;

**10. Что относится к химическому оружию?**

- а) Шариковые и фугасные авиабомбы;
- б) Зарин, фосген, адамсит, синильная кислота;
- в) ВИ – ИКС, мины, фугасы, СИ- Эс.

**11. Какой сигнал оповещает население о ЧС?**

- а) Рассылание памяток с правилами поведения;
- б) Сигнал «Внимание всем!» с использованием сетей проводного, радио и телевизионного вещания;

в) «Сарафанное радио».

**12. На какие виды подразделяются защитные сооружения гражданской обороны в зависимости от защитных свойств?**

**зависимости от защитных свойств?**

- а) Убежища, ПРУ, щели;
- б) ПРУ, подвалы, укрытия;
- в) Заглубленные сооружения; укрытия, горные выработки.

**13. Какие СИЗ предназначены для защиты органов дыхания?**

- а) Защитный комбинезон, респиратор;
- б) Противопыльные тканевые маски; плащи, накидки из прорезиненной ткани;
- в) Фильтрующие противогазы; ватно-марлевые повязки.

**14. Как называются работы в зоне чрезвычайных ситуаций, которые проводятся с целью**

**поиска и удаления людей за пределы зон действия опасных и вредных для жизни и**

**здоровья факторов, оказания неотложной медицинской помощи пострадавшим и эвакуации их в лечебные учреждения, где для спасенных создаются необходимые условия?**

- а) Медицинские работы;
- б) Аварийно-спасательные работы;
- в) Неотложные работы.

**15. Кто возглавляет гражданскую оборону общеобразовательного учреждения?**

- а) Директор школы;
- б) Учитель, назначенный директором специальным приказом;
- в) Завуч по ВР.

**16. Как называется широкое распространение болезни животных в районе или в стране?**

- а) Эпидемия;
- б) Пандемия;
- в) Эпизоотия.

**17. На каком этапе развития инфекционной болезни устанавливают окончательный**

**диагноз?**

- а) Начальный этап;
- б) Инкубационный период;
- в) Период разгара болезни.

**18. Как называется активное наблюдение за своим состоянием?**

- а) Утомление;
- б) Самочувствие;
- в) Самоконтроль.

**19. Как называется состояние временного снижения работоспособности человека?**

- а) Утомление;
- б) Ослабление иммунитета;
- в) Биологические ритмы.

**20. Что такое курение?**

- а) Это внутриклеточный яд, разрушающе действующий на все системы и органы человека;
- б) Это привычка вдыхать дым тлеющего табака;
- в) Это пристрастие к наркотическим веществам.

**21. Кто положил начало формированию служилого дворянства?**

- а) Иван III;
- б) Иван IV;
- в) Петр I.

**22. Кем было организовано Централизованное управление армией?**

- а) Иваном III;
- б) Иваном IV;

в) Иваном Великим.

**23. В 1701 году Петром I в регулярные полки драгун было реорганизовано...**

а) стрелецкое войско;

б) поместное войско;

в) пехота.

**24.Какая армия формировалась по принципу добровольности и рекомендаций?**

а) Красная Армия;

б) ВС РФ;

в) Стрелецкое войско

**25. Кто в соответствии с Конституцией является верховным главнокомандующим ВС**

**РФ?**

а)министр обороны;

б) Президент Российской Федерации;

в) председатель Федерального собрания.

**26. Что составляет главную ударную силу Сухопутных войск?**

а) танковые войска;

б) мотострелковые войска;

в) артиллерия.

**27. Как называется самый многочисленный вид войск Российской Федерации?**

а) Ракетные войска стратегического назначения;

б) Военно - воздушные силы;в) Сухопутные войска.

**28. Войска гражданской обороны входят в состав...**

а) Военно - морского флота;

б) Сухопутных войск;

в) других войск (вне системы Министерства обороны Российской Федерации)

**29. 9-мм пистолет Макарова ПМ предназначен для...**

а) поражения противника на коротких расстояниях;

б) борьбы с групповыми целями;

в) поражения огневых средств противника.

**Ключи**

1. б

2. б.

3. а

4. б

5. а

6. в

7. а

8. в

9. в

10. б

11. б

12. а

13. в

14. б

15. а

16. в

17. в

18. в

19. а

20. б

21. в

22. б

23. б

24. а

25. б

26. а

27. в

28. в

29. а

## Контрольная работа №1 11 класс

1. Что такое оборона Российской Федерации?

А. Военное учреждение;

Б. Военные законы;

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

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

2 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.

3. Как называются люди, находящиеся на военной службе?

А. Гражданами;

Б. Военнообязанными;

В. Призывниками;

Г. Военнослужащими.

4. 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.

5. В какие сроки осуществляется призыв на действительную военную службу граждан Российской Федерации, проживающих в сельской местности?

А. С 15 октября по 31 декабря;

Б. С 1 января по 31 марта;

В. С 1 апреля по 30 июня;

Г. В любые сроки.

6. Какое наказание ожидает гражданина, уклоняющегося от призыва на военную или альтернативную службу в соответствии со статьёй 328 Уголовного Кодекса Российской Федерации?

Федерации?

А. В виде лишения свободы на срок до 15 суток;

Б. В виде лишения свободы на срок до одного года;

В. в виде лишения свободы на срок до двух лет;

Г. В виде лишения свободы на срок до трёх лет.

7. Какая мера наказания предусмотрена законом, если гражданин уклоняется от призыва

путём причинения себе телесного повреждения или симуляции болезни, посредством подлога или путём другого обмана?

А. Лишение свободы на срок до одного года;

Б. Лишение свободы на срок от одного до пяти лет;

В. Лишение свободы на срок от двух до шести лет;

Г. Лишение свободы на срок от трёх до восьми лет.

8. Под воинской обязанностью понимается:

А. Установленный законом почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневоинскую подготовку

и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

Б. Прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;

В. Долг граждан нести службу в Вооруженных Силах в период военного положения и в военное время.

9. Военная служба исполняется гражданами:

А. Только в Вооруженных Силах Российской Федерации; Б. В Вооруженных Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной

пограничной службы Российской Федерации и в войсках гражданской обороны;

В. В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

10. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:

А. По призыву и в добровольном порядке ( по контракту);

Б. только в добровольном порядке ( по контракту);

В. только по призыву, по достижении определенного возраста.

11. 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.

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. Под увольнением с военной службы понимается:

- А. Установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах;
- Б. Снятие военнослужащего со всех видов довольствия;
- В. Убытие военнослужащего в краткосрочный отпуск.

14. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен для:

- А. Развертывания армии при мобилизации и её пополнения во время войны;
- Б. Создания резерва дефицитных военных специалистов;
- В. Развертывания в военное время народного ополчения.

15. Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью:

- А. До двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;
- Б. До одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;
- В. До трех месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

16. Уставы ВС РФ подразделяются на :

- А. Боевые и общевойсковые;
- Б. Тактические, стрелковые и общевойсковые;
- В. Уставы родов войск и строевые.

17. Боевые уставы ВС РФ содержат:

- А. Теоретические положения и практические рекомендации на использование войск в бою;
- Б. Организационные принципы боевой деятельности военнослужащих;
- В. Практические рекомендации родам войск о их задачах в военное время.

18. Общевойсковые уставы ВС РФ регламентируют:

- А. Жизнь, быт и деятельность военнослужащих армии;
- Б. Действия военнослужащих при ведении военных операций;
- В. Основы ведения боевых действий.

19. 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.

20. 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.

Ответы:

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Г

Г

Г

Б

A,B

В

Б

A

В

A

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

A

A

A

A

A

A

A

A

А

А

Оценка:

«5» - 18-20 правильных ответов;

«4» - 15-17 правильных ответов;

«3» - 10-14 правильных ответов.

### **Итоговая контрольная работа (промежуточная аттестация) 11 класс**

В каком случае разрешается переходить дорогу в произвольном месте?

Всегда, если это безопасно.

Если в зоне видимости нет перекрёстка или пешеходного перехода и дорога хорошо просматривается в обе стороны.

В произвольном месте переходить дорогу нельзя.

Как должен поступить пешеход, если он при переключении светофора на жёлтый сигнал

не успел дойти до середины проезжей части?

Продолжить переход.

Вернуться обратно на тротуар.

Дойти до середины проезжей части и ожидать там зелёного сигнала.

Где можно переходить проезжую часть автомобильной дороги вне населённого пункта, если нет пешеходного перехода?

В любом месте, не мешая движению транспортных средств.

В местах, где дорога хорошо просматривается в обе стороны.

на повороте дороги.

В местах, где стоит знак, ограничивающий скорость движения транспортных средств.

Разрешает ли пешеходам указанный знак переходить здесь через дорогу?

Разрешает.

Не разрешает.

Разрешается ли пешеходу пересекать проезжую часть в данном случае?

Запрещается.

Разрешается. Разрешается только под прямым углом, когда дорога хорошо просматривается в обе

стороны, и в зоне видимости нет пешеходных переходов или перекрёстка.

6. Что называется раной?

а) повреждение костей и суставов;

б) повреждение глуболежащих тканей и внутренних органов без нарушения целостности кожи или слизистой оболочки;

в) открытое повреждение кожи или глуболежащих тканей и внутренних органов.

7. Что собой представляет и как возникает венозное кровотечение?

а) при глубоком ранении;

б) при поверхностном ранении;

в) кровь имеет алый цвет и вытекает из раны пульсирующей струей;

г) кровь имеет темный цвет и вытекает из раны спокойно и непрерывно;

8. Доврачебная помощь при закрытом переломе костей конечностей.

а) шина - на место перелома без захвата соседних суставов;

б) шина - на место перелома с захватом верхнего сустава;

в) шина - на место перелома с захватом верхнего и нижнего суставов.

9. На какое максимально возможное время можно накладывать кровоостанавливающий жгут?

летом:

- а) не более чем на 0.5 часа;
- б) не более чем на 1 час;
- в) не более чем на 1.5 часа;
- г) не более чем на 2 часа.

зимой:

- а) не более чем на 0.5 часа;
- б) не более чем на 1 час;
- в) не более чем на 1.5 часа;
- г) не более чем на 2 часа.

10. Эпидемия, охватывающая несколько стран и материков – это.....

11. В чем заключается первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц?

- а) на место повреждения наложить холод;
- б) на место повреждения положить тепло;
- в) дать пострадавшему одну таблетку анальгина или другое обезболивающее лекарство;
- г) придать конечности возвышенное положение для уменьшения отека;
- д) срочно обратиться к врачу.

12. В чем заключается первая медицинская помощь при открытых переломах костей?

- а) обеспечить свободное движение поврежденной конечности;
- б) остановить кровотечение;
- в) наложить стерильную повязку и дать обезболивающее лекарство;
- г) попытаться поставить на место костные обломки, выступающие наружу;
- д) обратиться к специалисту – травматологу;
- е) наложить стандартную или импровизированную повязку;

13. При каких случаях пострадавшего укладывают с приподнятыми ногами, расстегивают

ворот, протирают лицо холодной водой, дают нюхать нашатырь?

- а) отравление;
- б) утопление;
- в) обморок.

14. По масштабу действия чрезвычайные ситуации делятся на: (расписать на что).

15. Дополните предложение. Катастрофа – это...

16. Акваторию, на которой в результате существования источника ЧС возникла чрезвычайная ситуация, называют:

- а) очагом заражения;
- б) районом стихийного бедствия;
- в) зоной повышенного контроля;

г) зоной ЧС17. Как необходимо действовать при панике во время пожара, если отсутствует видимость

(задымление, погасло освещение)?

- а) остановится и подождать включения освещения или рассеяния дыма;
- б) дышать через носовой платок или рукав одежды;
- в) при движении держаться за двери или поручни;
- г) вести впереди себя детей и держать их за плечи.

18. Какими признаками характеризуются аварийные выбросы на химических предприятиях:

- а) характерный запах;
- б) изменение температуры воздуха;
- в) изменение естественной окраски растительности.

19. Как необходимо хранить легковоспламеняющиеся жидкости дома?

- а) не следует их прятать;

- б) следует хранить в открытых банках;
- в) следует хранить в закрытых сосудах вдали от нагревательных приборов.

20. Чем оборудуются современные убежища?

- а) системой кодирования;
- б) системой водоснабжения и канализации;
- в) системой отопления и освещения;
- г) системой связи.

21. Назовите символы государства (перечислить).

22. Назовите символы Вооруженных Сил РФ (перечислить).

23. В каком возрасте призываются мужчины 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.

24. В какие сроки осуществляется призыв граждан России на действительную военную службу?

- а) с 1 октября по 31 декабря;
- б) с 1 января по 31 марта;
- в) с 1 апреля по 15 июля;
- г) в любые сроки.

25. Когда гражданин приносит военную присягу в современных условиях?

- а) когда предложат командиры;
- б) когда захочет;
- в) После прохождения начальной военной подготовки, но не позднее двух месяцев со дня прибытия в воинскую часть.

26. Что определяет устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации?

- а) порядок дежурства;
- б) порядок прохождения медицинского освидетельствования военнослужащих;
- в) определяет общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними;
- г) определяет обязанности основных должностных лиц, правила внутреннего распорядка и другие вопросы повседневной жизни и быта, подразделений и частей.

27. Военская обязанность носит название всеобщей, когда ее выполнение возлагается на

граждан:

- а) мужского пола, достигших определенного возраста;
- б) независимо от пола;
- в) независимо от возраста;
- г) годных по состоянию здоровья.

28. Кто из граждан России освобождается от призыва на военную службу?

- а) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;
- б) по личному желанию гражданина;
- в) прошедшие службу в вооруженных силах другого государства; г) имеющие неснятую судимость за совершение тяжкого преступления.

29. Какие задачи решает строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации?

- а) задачи формирования характера;
- б) конкретизирует задачи общеобразовательных дисциплин;
- в) определяет приемы, строй подразделений и частей;

г) определяет порядок движения и действий подразделений и частей в различных условиях.

30. Назовите виды Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ответы на тест 11 класс

1 - 2

2 - 3

3 - 2

4 - 2

5 - 3

6 - в.

7 - б, г.

8 - в.

9 - лето - г; зима - б.

10 - пандемия.

11 - а, в, г, д.

12 - б, в, д, е.

13 - в.

14 - объектовые, местные, региональные, глобальные.

15 - это крупная авария с человеческими жертвами и большим ущербом в народном хозяйстве и в окружающей среде.

16 - г.

17 - б, в, г.

18 - а, в.

19 - в.

20 - б, в, г.

21 - герб, гимн, флаг, штандарт президента, знамя Победы, могила неизвестного солдата.

22 – эмблема ВС, знамя ВС РФ, знамя ВМФ, знамя Сухопутных войск, знамя ВВС, знамя части.

23 – б.

24 - а, в.

25 – в.

26 - в, г.

27 - а, г.

28 - а, б, г.

29 - в, г.

30 - Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской флот, Сухопутные войска.

Критерии оценки: с 1 вопроса по 20 за каждый правильный ответ - 3 балла.

с 21 вопроса по 30 за каждый правильный ответ - 4 балла.

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

- Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности, 10-11 классы/ Ким С.В., Горский В.А., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности; базовый уровень 11 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И. и др.; под редакцией Егорова С.Н. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности; базовый уровень 10 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И. и др.; под редакцией Егорова С.Н. Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности, 11 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности, 11 класс/ Аюбов Э.Н., Прищепов Д.З., Муркова М.В., Тараканов А.Ю., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

•Смирнов А.Т., Хренников Б.О. /

Под ред. Смирнова А.Т.

Основы безопасности

жизнедеятельности

(базовый уровень)

10 Издательство

"Просвещение"

•Смирнов А.Т., Хренников Б.О. /

Под ред. Смирнова А.Т.

Основы безопасности

жизнедеятельности

(базовый уровень)

11 Издательство

"Просвещение"

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

### **ИНТЕРНЕТ**

•МЧС России <http://www.emercom.gov.ru>

•Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru>

•Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru>

•Журнал «Курьер образования» <http://www.courier.com.ru>

- Журнал «Вестник образования» <http://www.vestnik.edu.ru>
- Издательский дом «Профкнига» <http://www.profkniga.ru>
- Издательский дом «1 сентября» <http://www.1september.ru>
- Издательский дом «Армпресс» <http://www.armpress.info>
- Фестиваль педагогических идей  
«Открытый урок» (издательский дом «1  
сентября»)  
<http://festival.1september.ru>
- Энциклопедия безопасности <http://www.opasno.net>
- Личная безопасность <http://personal-safety.redut-7.ru>
- Образовательные ресурсы Интернета-  
Безопасность жизнедеятельности  
<http://www.alleng.ru>
- Информационно-методическое издание  
для преподавателей ОБЖ-МЧС России  
<http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html>
- Образовательные ресурсы Интернета –  
Безопасность жизнедеятельности  
<http://www.alleng.ru/edu/saf.htm>
- Безопасность. Образование. Человек.  
Информационный портал ОБЖ и БЖД:  
Всё Безопасности Жизнедеятельности

<http://www.bezopasnost.edu66.ru>

•Безопасность и выживание в

экстремальных ситуациях

[http:// www.hardtime.ru](http://www.hardtime.ru)

