

Администрация МОГО «Ухта»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Средняя общеобразовательная школа № 17»

Рекомендована

школьным

методическим объединением

учителей физической культуры; ОБЖ

Протокол № 4 от « 31 » августа 2015 г.

Утверждаю
директор МОУ «СОШ № 17»

И.И. Потёмкина
« 1 » сентября 2015 г.

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

ПО основам безопасности жизнедеятельности

(наименование учебного предмета)

10 – 11 классы

(класс)

среднее общее образование

(уровень образования)

2 года

(срок реализации программы)

Составлена на основе примерных программ

курса « Основы безопасности жизнедеятельности »

г.Москва «ДРОФА», 2010 г, В.Н. Латчук, С.К.Миронов, С.Н. , С.Н.Вангородский

(наименование программы, автор программы)

Соколова А.С.

Кем (Ф.И.О. учителя, составившего рабочую учебную программу)

г.Ухта, пгт. Боровой

2015 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА (10-11 кл.)

Рабочая программа учебного предмета « Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования по основам безопасности жизнедеятельности(утвержден приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 №1089) с изменением(Приказом Минобрнауки России от 23.06.2015 N 609), с учетом авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» под редакцией В.Н. Латчук, С.К.Миронов, С.Н. Вангородский. М.: Дрофа, 2010 г.

В процессе изучения данного курса учащиеся ознакомятся с общими характеристиками различных чрезвычайных ситуаций, их последствиями, получат сведения об организации Российской системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций, знания по основам здорового образа жизни, гражданской обороне, об обороне государства и воинской обязанности граждан, приобретут практические навыки оказания само- и взаимопомощи в условиях чрезвычайных ситуаций.

Цели и задачи:

- Освоение учащимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- Развитие качеств личности школьников, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- Воспитание у учеников чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- Обучение учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Приёмы, методы и формы работы определяются указанными выше задачами курса и его содержанием.

Ведущими методами является: объяснительно - иллюстративный, частично-поисковый. Используются разнообразные формы обучения: словесный (рассказ, беседа, объяснение), наглядный, метод контроля, самоконтроля.

Основными формами и способами проверки предполагаются тесты, контрольные и проверочные работы.

В учебной программе курса ОБЖ определен необходимый минимум знаний, предусмотренный федеральным государственным образовательным стандартом, в 10 – 11 классе в неделю – 1 час, в год -10 кл-36 ч; 11 кл-34 ч.

Программа курса включает три логически взаимосвязанных раздела, содержание которых составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций.

Отличительной особенностью рабочей программы по сравнению с примерной является введение национального регионального компонента, за счет которого расширяются цели и задачи изучения основ безопасности жизнедеятельности и содержание учебного материала (в 10-11 классе - 3 часа НРК).

Ведущими формами в обучении основ безопасности жизнедеятельности являются традиционные – урок формирования новых умений и навыков, комбинированный, урок-практикум, индивидуальные, парные, групповые, коллективные формы работы и инновационные учебные занятия – урок развивающего обучения, компьютерный, проектный, игровой деятельности и другие. Возрастает роль разнообразных видов самостоятельной работы, т. к. составление планов, конспектов, работа с тестами.

С целью выстраивания новых содержательных преемственных линий основным учебно- методическим комплектом был выбран учебник «Основы безопасности жизнедеятельности»-10 кл. издательский дом « Дрофа» Москва, 2001 г. - авторы

В.Н.Латчук, В.В.Марков С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» - 11 кл. издательский дом « Дрофа» Москва, 2006 г. – авторы В.В.Марков, В.Н.Латчук, С.К.Миронов, С.Н. Вангородский, учебники включенные в Федеральный перечень и рекомендованный кафедрой основ безопасности жизнедеятельности образования РК.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс
36 часов в год/ 1 час в неделю

Промежуточная аттестация 1 час

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количес тво часов	Количество часов		НРК
			к/р	п/р	
1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	15	1	2	2
2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	9	2		2
3.	Основы военной службы	9	1	1	
4.	Повторение	3			
	Итого	36	4	3	4

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс
34 часа в год/ 1 час в неделю

Промежуточная аттестация 1 час

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количес тво часов	Количество часов на			НРК
			к/р	п/р	практ	
1.	Основы здорового образа жизни	6		1		2
2.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.	3			1	
3.	Основы военной службы	17	1			2
4.	Психологические основы подготовки к военной службе	7		1		
5.	Повторение	1				
	Итого	34	1	2	1	4

Содержание учебного материала

Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс

1.Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Основные причины вынужденного автономного существования. Понятие о выживании и автономном существовании. Действия людей в ситуациях, связанных с авариями транспортных средств.

Автономное существование человека в условиях природной среды. Ориентирование на местности: по компасу, по небесным светилам; по растениям и животным; по местным признакам. Метод движения по азимуту. Оборудование временного жилища. Добыча огня. Обеспечение питанием и водой.

Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера

Понятие о преступлении и преступном поведении. Условия, при которых наступает уголовная ответственность. Формы преступного поведения. Виды преступлений. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и наказания совершеннолетних. Виды наказаний, предусмотренные Уголовным кодексом РФ в отношении несовершеннолетних.

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного характера. Отработка практических действий по овладению навыками безопасного поведения: во время внезапного землетрясения; при сходе оползней, селей, обвалов и лавин; при возникновении ураганов, бурь и смерчей; при наводнении; во время природных пожаров.

Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время.

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Понятие о защитных сооружениях гражданской обороны, их классификация и предназначение. Убежища, противорадиационные и простейшие укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях.

Средства индивидуальной защиты населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, их классификация. Назначение, устройство и принцип работы фильтрующих противогазов и респираторов. Средства индивидуальной защиты кожи, их классификация и назначение.

Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ. Содержание и основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения.

Законодательные и нормативные правовые акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства

Деятельность государственных органов в области гарантий прав и свобод человека и гражданина, охраны его жизни и здоровья, регламентируемых Конституцией Российской Федерации. Концепция национальной безопасности Российской Федерации. Краткое содержание законов Российской Федерации: «Обезопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне». Основные права и обязанности граждан, предусмотренные этими законами.

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

Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. История создания гражданской обороны. Предназначение гражданской обороны. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Силы и средства гражданской обороны. Нештатные аварийно-спасательные формирования.

Правила безопасного поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций военного характера

Понятие о ядерном оружии, его классификация и поражающие факторы. Правила безопасного поведения и способы защиты от ядерного оружия.

Понятие о химическом оружии и боевых токсичных химических веществах (БТХВ). Классификация БТХВ. Признаки поражения БТХВ. Правила безопасного поведения и способы защиты от химического оружия.

Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии, его поражающие факторы и признаки применения. Правила безопасного поведения и способы защиты от бактериологического (биологического) оружия. Современные обычные средства поражения, их классификация и характеристика. Способы защиты от современных обычных средств поражения.

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отработка практических навыков безопасного поведения: при пожарах и взрывах; при авариях с выбросом опасных химических и радиоактивных веществ; при гидродинамических и транспортных авариях.

2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основные инфекционные заболевания и их профилактика.

Понятие об инфекционном заболевании. Классификация инфекционных заболеваний и их внешние признаки. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний, пути их передачи. Понятие об иммунитете. Наиболее распространенные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика инфекционных заболеваний.

Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасности личности.

Основные факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание, режим труда и отдыха, двигательная активность, физическая культура и закаливание. Основные составляющие тренированности организма человека: сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость, скоростные качества, гибкость.

3. Основы военной службы.

Основы обороны государства. Защита Отечества — долг и обязанность граждан России

Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан. Отражение государственной политики в области обороны государства и воинской обязанности граждан в Конституции Российской Федерации, законах *Российской Федерации* «Об обороне», «О безопасности», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих».

Вооруженные Силы Российской Федерации — основа обороны государства.

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение с

учетом концепции государственной политики Российской Федерации по военному строительству.

Государственная и военная символика России, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Символика Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена и медали — почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Система государственных наград в Российской Федерации.

Понятие о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях. Понятие о героизме и мужестве, примеры героизма и мужества. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности воинских частей и подразделений.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации: приведение к военной присяге, вручение Боевого Знамени воинской части, вручение военнослужащим вооружения и военной техники, проводы военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.

Основы подготовки к военной службе (учебные сборы)

Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы. Обязанности часового. Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая подготовка. Военно-медицинская подготовка.

Повторение по разделу Основы военной службы.

Контрольные работы

1. №1 по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».

2. №2 по теме «Правила безопасности дорожного движения».

3. №3 по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

4. №4 по теме «Основы военной службы».

Проверочные работы

1. №1 по теме «Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера».

2. №2 по теме «Уголовная ответственность несовершеннолетних».

3. №3 по теме «Виды ВС РФ, рода войск».

Содержание учебного материала

Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс

1. Основы здорового образа жизни

Правила личной гигиены и здоровье. Понятие о личной гигиене. Правила ухода за зубами и волосами. Понятие об очищении организма.

Болезни, передаваемые половым путем, и их профилактика. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) и его профилактика. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью и ВИЧ-инфекцией.

2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях

Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Отработка приемов остановки кровотечений: пальцевым прижатием; наложением жгута; наложением жгута-закрутки; максимальным сгибанием конечности; наложением давящей повязки. Остановка носового кровотечения. Первая медицинская помощь при большой открытой ране и при незначительных открытых ранениях.

Понятие о закрытых повреждениях и их характеристика. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.

Основные принципы и способы транспортной иммобилизации.

Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при переломах костей верхних и нижних конечностей, переломе ребер.

Травмы головы и позвоночника. Причины и признаки травм головы и позвоночника. Особенности шинирования при переломах позвоночника; перекладывание пострадавшего с земли на носилки. Основные правила оказания первой медицинской помощи при сотрясении головного мозга.

Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия. Признаки травматического шока. Основные правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.

Первая медицинская помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.

Первая медицинская помощь при острых состояниях

Оказание первой медицинской помощи при остановке сердца.

Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсulte.

3. Основы военной службы

Воинская обязанность. Воинский учет и подготовка граждан к военной службе.

Понятие о воинской обязанности и военной службе. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Ответственность граждан за невыполнение обязанностей по воинскому учету.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание и установленные формы проведения обязательной подготовки граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Организация и проведение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке граждан на воинский учет.

Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Правовые основы военной службы

Вопросы защиты Отечества в Конституции Российской Федерации и федеральных законах: «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих». Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни. Права военнослужащих.

Особенности военной службы

Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву. Статус военнослужащего. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые к гражданам, направленным для прохождения альтернативной гражданской службы.

Воинская дисциплина и ответственность военнослужащих

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Принцип единоначалия в Вооруженных Силах. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная форма одежды. Ответственность военнослужащих (дисциплинарная, административная, материальная, уголовная).

Военно-профессиональная ориентация

Ориентирование на овладение военно-учетными специальностями. Военная служба по призыву как этап профессиональной карьеры. Ориентация на обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах учреждений высшего профессионального образования. Как стать офицером Российской армии. Основные виды образовательных учреждений военного профессионального образования. Правила приема граждан в учреждения военного профессионального образования.

Психологические основы подготовки к военной службе

Призыв на военную службу как стрессовая ситуация. Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Морально-этические качества военнослужащих. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ.

Повторение по разделу «Основы военной службы».

Контрольные работы

1. №1 по теме «Основы военной службы».

Проверочные работы

1. №1 по теме «Основы здорового образа жизни».

2. №2 по теме «Психологические основы подготовки к военной службе».

Практическое занятие

1. №1 по теме «Первая медицинская помощь при остановке сердца».

Поурочно-тематическое планирование по ОБЖ
10 класс, 1 час в неделю, 36 часов в год.

№ урока	Тема урока	П/Р	К/Р	НРК
1.	Повторение материала, пройденного в 9 классе			
	1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			
2.	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.			
3.	Автономное существование человека в условиях природной среды.			1
4.	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.			
5.	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Проверочная работа.	1		
6.	Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Проверочная работа.	1		
7.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).			
8.	Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.			
9.	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.			
10-11.	Современные средства поражения и их поражающие факторы.			
12.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.			1
13.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций.			
14.	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.			
15.	Средства индивидуальной защиты населения. Контрольная работа по разделу «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»		1	
	2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			
16.	Сохранение и укрепление здоровья - важное условие достижения высокого уровня жизни.			
17.	Правила безопасности дорожного движения. Контрольная работа.		1	
18.	Основные инфекционные заболевания и их профилактика.			1
19.	Здоровый образ жизни и его составляющие.			
20.	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.			
21-23.	Вредные привычки и их влияние на здоровье.			1

24.	Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».		1	
	3. Основы военной службы			
25.	ВС РФ – защитники нашего Отечества.			
26.	Понятие о ВС. Основные функции и задачи ВС.			
27.	Виды ВС, рода войск.			
28.	ВДВ как род войск. Тыл ВС.			
29.	Другие войска и их предназначение. Проверочная работа.	1		
30-31.	Боевые традиции.			
32.	Символы воинской чести.			
33.	Итоговая контрольная работа.		1	
34.	Повторение по разделу «Основы военной службы».			
35.	Повторение по разделу «Основы военной службы».			
36.	Повторение по разделу «Основы военной службы».			

Поурочно-тематическое планирование по ОБЖ
11 класс , 1 час в неделю, 34 часа в год.

№ урока	Тема урока	Практ. занятие	П/Р	К/Р	НР К
	<i>І. Основы здорового образа жизни.</i>				
1.	Правила личной гигиены и здоровья.				
2.	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.				
3.	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.				1
4	Спид и его профилактика.				1
5.	Семья в современном обществе. Законодательство и семья.				
6.	Проверочная работа.		1		
	<i>ІІ. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.</i>				
7.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности.				
8.	Первая медицинская помощь при ранениях.				
9.	Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1			
	<i>ІІІ. Основы военной службы</i>				
10.	Основные понятия о воинской обязанности. Организация военного учета и его предназначение.				1
11.	Обязательная подготовка граждан к военной службе.				
12.	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.				
13.	Правовые основы воинской службы.				
14.	Общевойские уставы Вооруженных Сил РФ- законы воинской жизни.				
15.	Военная присяга- клятва воина на верность Родине- России.				
16.	Прохождение военной службы по призыву.				
17.	Прохождение военной службы по контракту.				1
18.	Права и ответственность военнослужащих.				
19.	Альтернативная гражданская служба.				
20.	Военнослужащий- патриот с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества.				
21.	Военнослужащий-специалист в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.				
22.	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.				
23.	Военнослужащий-подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.				
24.	Как стать офицером Российской Армии.				
25.	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.				
26.	Контрольная работа.			1	

	<i>IV. Психологические основы подготовки к военной службе.</i>				
27.	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.				
28.	Слухи и искаженная информация.				
29.	О морально-этических качествах военнослужащих.				
30.	Чувства личности и военная служба.				
31.	Самовоспитание и самосовершенствование личности.				
32.	Психическое саморегулирование и самоанализ.				
33.	Итоговая контрольная работа .		1		
34.	Повторение по разделу «Основы военной службы».				

Требования к уровню подготовки учащихся по основам безопасности жизнедеятельности, 10 класс

В результате изучения программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности ученик должен:

а) *знать/понимать*:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны РФ;
- правила безопасности дорожного движения

б) *уметь*:

- применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и велосипедиста и водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья.

Требования к уровню подготовки учащихся по основам безопасности жизнедеятельности 11 класс

В результате изучения программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности ученик должен:

а) *знать/понимать:*

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, а также альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые на военной службе к уровню подготовленности призывника;

б) *уметь:*

- практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

в) *использовать приобретенные знания и умения в в практической деятельности и повседневной жизни:*

- для ведения здорового образа жизни;
- при оказании первой медицинской помощи;
- при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ ПО ОБЖ

ЗА УСТНЫЙ ОТВЕТ

ОЦЕНКА «5» выставляется, если ученик ответил по заданному вопросу без ошибок правильно и конкретно, правильно выполнил домашнее задание или правильно ответил на предложенный ему тест.

ОЦЕНКА «4» выставляется, если ученик ответил на заданный вопрос с незначительными ошибками, а также на дополнительный вопрос ответил неуверенно, но с домашней работой справился, а также ответил на предложенный тест правильно.

ОЦЕНКА «3» выставляется ученику на заданный вопрос по пройденной теме, если ответил на удовлетворительно, на дополнительные вопросы ответил неуверенно и на вопрос по тесту ответил с ошибками, а домашнее задание сделал на удовлетворительно.

ОЦЕНКА «2» выставляется ученику, если он сделал домашнее задание на удовлетворительно, но не полностью, ответил на все заданные вопросы учителем неудовлетворительно, на уроке по предложенному тесту ответил неудовлетворительно.

ЗА КОНТРОЛЬНУЮ РАБОТУ

ОЦЕНКА «5» выставляется ученику, если он полностью ответил на все вопросы или тесты.

ОЦЕНКА «4» выставляется ученику, если он правильно ответил на все вопросы, а на один вопрос ответил не полностью или совсем не ответил, или по тестам ответил с ошибками и на один из тестов совсем не ответил.

ОЦЕНКА «3» выставляется ученику, если он правильно ответил на один или на два вопроса, а на остальные вопросы ответил слабо, то же самое по тестам.

ОЦЕНКА «2» выставляется ученику, если он совсем не справился с заданием по контрольной работе, все тесты ответил неудовлетворительно.

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ ПО ОБЖ

№		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1.	Надевание противогаза норматив №1	10 сек.	11 сек.	12 сек.	13 сек.	15 сек.
2.	Надевание респиратора норматив №2	10 сек.	11 сек.	12 сек.	13 сек.	15 сек.
3.	Надевание притивогаза на пораженного норматив № 6	16 сек.	17 сек.	18 сек.	19 сек.	20 сек.
4.	Надевание ватно-марлевой повязки или респиратора	10 сек.	11 сек.	12 сек.	13 сек.	15 сек.
5.	Наложение резинового жгута или закрутки на бедро	25 сек.	30 сек.	35 сек.	40 сек.	45 сек.
6.	Наложение первичной повязки в виде «чепца» на голову	2 м.30 с.	2 м.50 с.	3м.10 с.	3м.30 с.	3м.50 с.
7.	Наложение первичной повязки на локтевой сустав	1м.30 с.	2 мин.	2 м.20 с	2 м.50 с.	3 м.30с.
8.	Наложение спиральной повязки на грудь	3 мин	3м.20с.	3м.40с.	4 мин.	4м.20с.
9.	Наложение первичнлй повязки на плечевой сустав	2 мин.	2м.10с.	2м.30с.	2м.50с.	3м.10с.
10.	Наложение крестообразной повязки на кисть	2 мин.	2м.10с.	2м.30с.	2м.50с.	3м.10с.
11.	Ноложение закруткипри помощи косынки и других средств	45 сек.	50 сек.	55 сек.	1 мин.	1м.05 с.
12.	Наложение шин при переломе костей предплечья	2м.40с.	3м.10с.	3м.50с.	4м.30с.	4м.55с.
13.	Наложение шин при переломе нижних конечностей	3мин.	3м.30с.	3м.60с.	4мин.	4м.30с.
14.	Метание на дальность с разбега	37м.	32м.	27м.	25м.	20.
15.	Подтягивание на перекладине	12 раз	10 раз	8 раз	5 раз	1 раз
16.	Отжимание на параллельных брусьях	16 раз	14 раз	12 раз	6 раз	2 раза
17.	Бег 100 м юноши (сек)	14,2	14,5	14,8	15,0	15,3
18.	Бег 1000 м (мин,сек)	3м.20с.	3м.30с.	3м.45с	3м.55с	4м10с.
19.	Бег (кросс) на 3 км	13м.55 с.	14м.20с.	14м.55с.	15м.20с.	15м.55с.
20.	Стрельба из пневматического оружия из 5-ти возможных- расст.10м. (очки)	23	21	15	9	5
21.	Стрельба на поражение 3х 3 на расст.10 м из пневматич.оружия	1 раз	2 раза	3 раза	4 раза	5 раз
22.	Одевание ЛЗК,ОЗК (мин)	5	5,30	5,55	6,20	7

Список литературы для учащихся 10 класса

- Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» издательский дом «Дрофа»
Москва 2001 г.- авторы В.Н.Латчук, В.В.Марков С.К. Миронов, С.Н. Вангородский.

Список литературы для учащихся 11 класса

- Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» издательский дом «Дрофа»
Москва 2006 г.- авторы С.Н. Вангородский, С.К.Миронов, В.Н.Латчук, В.В.Марков.