

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию г. Санкт-Петербурга

Администрация Московского района Санкт-Петербурга

**ГБОУ школа №544 с углублённым изучением английского языка
Московского района Санкт-Петербурга**

РАССМОТРЕНО

школьным методическим
объединением

Председатель МО
Герасимова А.Ю.

Протокол №
от «26» мая 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

решением педагогического
совета ГБОУ школа №544

Протокол №10
от «31» мая 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
ГБОУ школа №544

Васинович И.В.

Приказ №484
от «07» июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 920220)

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 10-11 классов

**Санкт-Петербург
2023**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением коллегии Министерства просвещения России, протокол от 24.12.2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы среднего общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 г. №732) с учётом преемственности с уровнем основного общего образования, федеральной рабочей программы воспитания.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Появлению учебного предмета ОБЖ способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия. Среди них катастрофа теплохода «Александр Суворов» (05.06.1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26.04.1986 г.), химическая авария на производственном объединении «Азот» (20.03.1989 г.). Одна из главных причин этих трагедий была связана с человеческим фактором: несоблюдением элементарных требований безопасности в повседневной жизни и профессиональной деятельности, отсутствием понимания логики последовательного нарастания факторов опасности, пренебрежением основами культуры безопасности жизнедеятельности. Государство столкнулось с серьёзными вызовами, на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан личной ответственности за соблюдение норм и правил безопасности в повседневной жизни, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального и группового безопасного поведения. В связи с этим включение в образовательные программы учебного предмета ОБЖ (с 1991 г.) явилось важным и принципиальным условием достижения приемлемого уровня безопасности личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз.

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 др.) 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 учебному предмету ОБЖ определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегией национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Национальными целями развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474), Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБЖ является открытой обучающей системой, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных

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

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне среднего общего образования.

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

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Целью изучения учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;

сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Всего на изучение учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования отводится 68 часов в 10–11 классах (по 34 часа в каждом классе).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Модуль № 1 «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», «экстремальная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды.

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 экстремальной и опасной ситуации.

Риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности.

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

Модуль № 2 «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, стремян, лестниц и др.). 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; мусоропровод; придомовая территория; детская площадка; площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений.

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними. Действия в экстренных случаях.

Модуль № 3 «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 опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.

Модуль № 4 «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; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек).

Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Особенности поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу.

Правила безопасного поведения при проявлении агрессии.

Криминальные 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 (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).

Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций.

Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта.

Модуль № 5 «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 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.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (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.

Чрезвычайные ситуации геологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций геологического характера.

Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций гидрологического характера.

Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций метеорологического характера.

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 № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»

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 др.).

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, учебы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, пережившим 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 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 № 7 «Безопасность в социуме»

Определение понятия «общение». Особенности общения людей. Принципы и показатели эффективного 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, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта.

Опасные проявления конфликтов. Конфликт, буллинг, насилие. Понятие «виктимность». 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. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию.

Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приемы. Манипуляция и мошенничество.

Деструктивные псевдопсихологические технологии.

Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; внушение; подражание).

Модуль № 8 «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.

Понятие прав человека в цифровой среде, их защита.

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 риски в цифровой среде и их причины.

Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры.

Травля в Сети, 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.

Ответственность за действия в сети Интернет. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве.

Модуль № 9 «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 совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции.

Противодействие экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Цели, задачи, принципы.

Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»

Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности.

Современная армия. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии.

Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны.

Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным и предметным), которые должны демонстрировать выпускники по завершении обучения в средней школе.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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.

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.

Духовно-нравственное воспитание:

- осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;
- сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;
- ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

Эстетическое воспитание:

- эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;
- понимание взаимосвязи успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

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.

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.

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.

Ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;
- способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

Овладение универсальными познавательными действиями

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;
- владеть видами 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.

Овладение универсальными коммуникативными действиями

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.

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.

Овладение универсальными регулятивными действиями

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:

- 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.

Принятие себя и других:

- 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.

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 учебного предмета ОБЖ, должны обеспечивать:

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
- 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 и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- 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;

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

- владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики 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 характера;

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

- 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;

- сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;

- сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание действия при сигналах гражданской обороны;

- знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контр. работы	Практ. работы	
1	Модуль "Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе"	2	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
2	Модуль "Безопасность в быту"	6	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/ http://www.goodlife.narod.ru
3	Модуль "Безопасность на транспорте"	6	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
4	Модуль "Безопасность в общественных местах"	6	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
5	Модуль "Безопасность в природной среде"	7	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
6	Модуль "Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний"	7	1	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	3	

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные образовательные ресурсы (цифровые)
		Всего	Контр. работы	Практ. работы	
1	Модуль "Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний"	2	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
2	Модуль "Безопасность в социуме"	8	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
3	Модуль "Безопасность в информационном пространстве"	8	1	1	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
4	Модуль "Основы противодействия экстремизму и терроризму"	6	0	2	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
5	Модуль "Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения"	10	1	2	http://onlinetestpad.com/ruru/Category/ http://b23.ru/hsnc https://resh.edu.ru/subject/23/11/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	5	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные образовательные ресурсы	цифровые ресурсы
		Всего	Контр. работы	Практ. работы		
1	Современные представления о культуре безопасности	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
2	Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
3	Источники опасности в быту	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
4	Профилактика и первая помощь при отравлениях	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
5	Безопасность в быту. Пожарная безопасность в быту	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/ http://www.goodlife.narod.ru	
6	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
7	Безопасное поведение в местах общего пользования. Опасности криминогенного характера	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
8	Безопасное поведение в местах общего пользования. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
9	Безопасность дорожного движения: пешеход, пассажир, водитель	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
10	Безопасность дорожного движения. Опасности и риски участников дорожного движения	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
11	Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	
12	Оказание первой помощи при дорожно-транспортном происшествии	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/	

13	Безопасное поведение на разных видах транспорта (метро, железнодорожный, водный, авиационный)	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
14	Безопасное поведение на разных видах транспорта Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
15	Безопасность в общественных местах. Источники опасности и правила безопасного поведения	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
16	Опасности социально-психологического характера	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
17	Безопасность в общественных местах. Поиск потерявшегося человека	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
18	Опасности криминального характера в общественных местах	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
19	Действия при пожаре, обрушении конструкций в общественных местах и на объектах с массовым пребыванием людей	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
20	Действия при угрозе или совершении террористического акта в общественных местах и на объектах с массовым пребыванием людей	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
21	Безопасность в природной среде	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
22	Выживание в автономных условиях	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
23	Чрезвычайные ситуации природного характера. Природные пожары	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
24	Чрезвычайные ситуации геологического характера: землетрясения, извержение вулканов, оползни, камнепады	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
25	Чрезвычайные ситуации гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
26	Чрезвычайные ситуации метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/

27	Экологическая грамотность и разумное природопользование	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
28	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
29	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
30	Инфекционные заболевания. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
31	Неинфекционные заболевания. Факторы риска	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
32	Неинфекционные заболевания. Меры профилактики	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
33	Психическое здоровье и психологическое благополучие	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
34	Итоговое занятие	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/10/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	3	

11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные образовательные ресурсы	цифровые ресурсы
		Всего	Контр. работы	Практ. работы		
1	Правовые основы оказания первой помощи	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
2	Оказание первой помощи в сложных случаях	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
3	Общение в жизни человека. Межличностное общение	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
4	Общение в жизни человека. Общение в группе	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
5	Конфликты, стадии развития конфликтов	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
6	Конфликты, способы их разрешения	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
7	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
8	Манипуляции и способы противостоять им	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
9	Деструктивное психологическое влияние в больших группах	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
10	Способы воздействия на человека в большой группе	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
11	Безопасность в цифровой среде	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
12	Вредоносное программное обеспечение, виды, цели и принципы работы	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
13	Правила защиты от вредоносного программного обеспечения	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
14	Социальные отношения, поведенческие риски в цифровой среде и их причины	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
15	Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
16	Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации, проверка на достоверность	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
17	Достоверность информации в цифровой среде. Фальшивые аккаунты, манипуляторы	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	
18	Защита прав в цифровом пространстве	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/	

19	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
20	Предупреждение вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
21	Уровни террористической опасности	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
22	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
23	Противодействие экстремизму и терроризму: цели, задачи, принципы	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
24	Права, обязанности и ответственность граждан и организаций в области противодействия экстремизму и терроризму	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
25	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны	1	0	0	http://b23.ru/hsnc
26	Структура Вооруженных Сил РФ	1	0	0	http://b23.ru/hsnc
27	Другие войска и воинские формирования	1	0	1	http://b23.ru/hsnc
28	Воинская обязанность и военная служба	1	0	0	http://b23.ru/hsnc
29	Гражданская оборона	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
30	Правовая основа защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
31	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
32	Правовая основа обеспечения национальной безопасности	1	0	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
33	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/23/11/
34	Итоговое занятие	1	0	0	http://onlinetestpad.com/ru-ru/Category/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	5	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Основы безопасности жизнедеятельности, 10-11 классы/ Ким С.В., Горский В.А., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Нормативно-правовые документы

Закон «Об образовании» (последняя редакция)

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 г.)

Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 г. № 116).

Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).

Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (от 21 мая 2007 г. № 304).

Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Терроризм — ты под прицелом: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2021.

Игнатенко А. А. Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко. — М.: Просвещение, 2020.

Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2020.

Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / |Ю. Л. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. Пособие для 10 кл. общеобразоват. учреждений с мультимедийным учеб. в оболочке TeachPro

Сальникова И. В. «Свой?» — «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. — М.: Просвещение, 2010.

Словарь основных терминов и понятий в сфере борьбы с международным терроризмом и иными проявлениями экстремизма. — М.: Эдиториал

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/23/10/> Российская электронная школа (ОБЖ 10 класс)

<https://resh.edu.ru/subject/23/11/> Российская электронная школа (ОБЖ 11 класс)

<http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности. Сайт Баграмян Э.

<http://informic.narod.ru/obg.htm> Основы безопасности жизнедеятельности

<http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности

<http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь

<http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html> - методическое пособие для учителей

<http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности

<http://b23.ru/hsnc> Учебное пособие по основам военной службы

ЭЛЕКТРОННЫЙ ТЕСТ ПРОВЕРЬ СЕБЯ

<http://b23.ru/hsoy> - Тест по Гражданской защите.

ПРИМЕРНЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

2023 - 2024 учебный год

10 класс

Контрольная работа № 1

Соотнесите понятия и определения (пример 1ф):

- 1) пульс, 2) гипотония, 3) инсульт, 4) брадикардия;
 - а) кровоизлияние в мозг, б) ритмические колебания артериальной стенки, в) урежение пульса, г) понижение АД;
2. Основные причины ОН (выбери лишнее):
 - а) инфаркт миокарда, б) миокардиты, в) атеросклероз, г) гипертоническая болезнь;
3. Классификация ран:
 - а) глубокие, б) подкожные, в) проникающие, г) непроникающие
4. Асептика-это
 - а) метод, обеспечивающий предупреждение попадания микробов в рану,
 - б) метод, обеспечивающий стерильность рабочей поверхности,
 - в) комплекс мероприятий, направленных на уничтожение микробов на коже;
5. Прежде чем приступить к оказанию первой помощи, обеспечьте
пострадавшего, проверьте наличие у него дыхания и пульса
6. Соотнесите вид кровотечения и оказываемую при нём помощь:
 - 1) артериальное кровотечение, 2) венозное кровотечение, 3) капиллярное кровотечение
 - а) продезинфицировать, стерильная повязка, б) стерильная повязка, жгут,
 - в) продезинфицировать вокруг раны, стерильная давящая повязка
7. Правила наложения жгута:
8. При оказании первой медицинской помощи нужно следовать
четырем основным правилам – это а) осмотр места происшествия, б) первичный осмотр
пострадавшего, в)....., г) вторичный осмотр пострадавшего
9. Перечислить травмы, для переноски которых требуется транспортировка лёжа:
 - а) без сознания, б) травмы верхних конечностей, в) травмы костей таза, г) травмы груди;
10. Смещение кости по отношению к ее нормальному положению в сустав - это:
 - а) перелом, б) вывих, в) растяжение связок г) растяжение мышц;
11. 3 основных признака большинства травм опорно – двигательного аппарата:
12. На чём транспортируют пострадавшего при травмах позвоночника?
13. Признаки клинической смерти:
 - а) наличие сознания, б) отсутствие дыхания, в) отсутствие сердечной деятельности;
14. Как называется повязка при ЧМТ?
15. С чем сочетают проведение непрямого массажа сердца?

Контрольная работа № 2

Как вести себя при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством:

1. Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте?
Действия при угрозе совершении террористического акта:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Рекомендации гражданам при угрозе совершения террористического акта:

Контрольная работа № 3

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:

1. потеря части продуктов питания, потеря компаса;
2. несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;
3. потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств в условиях природной среды;
4. плохие погодные условия на маршруте движения.

2. Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды отличается друг от друга и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, когда командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:

1. группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности, возникла непосредственная угроза жизни людей;
2. направление на ближайший населенный пункт и его удаление неизвестны;
3. место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая;
4. точно неизвестно местонахождение спасателей, и состояние здоровья людей не позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта.

3. Собираясь в поход, вам необходимо подобрать одежду. Каким нижеперечисленным требованиям она должна соответствовать?

- 1) одежда должна быть свободной и надеваться в несколько слоев;
- 2) одежда должна быть из синтетических материалов;
- 3) одежда должна быть однотонного цвета или из камуфлированного материала;
- 4) одежда должна иметь световозвращающие элементы.

4. Выберите из предложенных вариантов установленные требования к сооружению временного жилища

1. место должно находиться на берегу реки или другого водоема на уровне воды;
2. место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке; возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива;
3. место должно находиться среди сухостоя, который можно использовать для костра;
4. недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа.

5. Выберите самый надежный способ обеззараживания воды в полевых условиях:

- 1) очистка через фильтр из песка и материи;

- 2) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
- 3) кипячение воды;
- 4) добавление в воду марганцовки.

6. Где рекомендуется расположиться в салоне общественного транспорта, если в нем нет свободных мест для сидения?

1. занять свободное место на передней площадке транспортного средства;
2. нужно постараться встать в центре прохода, держась руками за поручень или специальные подвески;
3. расположиться на задней площадке транспортного средства;
4. не имеет значения, где будет находиться пассажир при отсутствии мест для сидения.

7. Участник дорожного движения, это:

1. лицо, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве водителя, пешехода, пассажира транспортного средства;
2. это лица, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве водителя, пешехода и лица, производящие ремонтные работы на проезжей части;
3. люди, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве водителя, пассажира транспортного средства лица, и лица, осуществляющие регулирование дорожного движения;
4. граждане, передвигающиеся на транспортных средствах и пешем порядке по проезжей части, тротуару и обочине дороги.

8. Что такое «дорога»?

1. проезжая часть, тротуары, обочины;
2. полоса земли для движения транспортных средств и пешеходов;
3. обустроенная или приспособленная и используемая для движения транспортных средств полоса земли либо поверхность искусственного сооружения;
4. полоса земли для движения автомобилей, трамваев, троллейбусов, мотоциклов и мопедов.

9. Где должны двигаться пешеходы?

- 1) по тротуарам, велосипедным дорожкам;
- 2) по тротуарам, или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – по обочинам;
- 3) по тротуарам, или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии по краю проезжей части;
- 4) пешеходы могут двигаться там, где удобно, не мешая транспортным средствам.

10. Как должны двигаться пешеходы по краю проезжей части загородной дороги?

- 1) не имеет значения, как следовать;
- 2) должны следовать по ходу движения транспортных средств;
- 3) выбирать место движения в зависимости от наличия на проезжей части транспортных средств;
- 4) должны идти навстречу движению транспортных средств.

11. Опасное время — это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите наиболее опасное время и место:

1. темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
2. сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;
3. раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке;
4. вечернее время на остановке общественного транспорта.

12. Как необходимо поступить человеку, если в подъезд вместе с ним заходит незнакомец?

1. пропустить незнакомца вперёд, под любым предлогом задержаться у подъезда;
2. не следует обращать на постороннего человека внимания;
3. завязать с незнакомцем беседу и попытаться выяснить, в какую квартиру он следует;
4. войдя в подъезд, побежать наверх.

13. Каким из нижеперечисленных правил рекомендуется воспользоваться при возвращении домой в вечернее время с тренировки или дополнительных занятий?

1. пойду кратчайшим путем, пролегающим через дворы;
2. буду идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;
3. воспользуюсь попутным транспортом;
4. пойду по тропинке, пролегающей через лесопарк.

14. Девушка заходит в свой подъезд, слышит громкие крики, смех, шум и понимает, что этажом выше на лестничной площадке находится компания молодежи.

Выберите из предлагаемых вариантов действий тот, который могли бы посоветовать девушке:

1. спокойно подниматься домой, но при этом проявлять осторожность;
2. ждать, пока они уйдут;
3. дожждаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросить проводить до квартиры, либо позвонить родителям, чтобы встретили;
4. дойти до молодежной компании, может среди них окажутся знакомые юноши или девушки, завести с ними непринужденный разговор.

15. Вам часто приходится пользоваться услугами общественного транспорта. Что не рекомендуется делать при пользовании общественным транспортом?

1. при отсутствии мест для сидения стоять в центральном проходе;
2. садиться в пустом автобусе (трамвае, троллейбусе, маршрутном такси и т. д.) на сиденье близко к водителю;
3. ожидать транспорт на остановке в плохо освещенном месте;
4. стоять справа лицом по направлению движения при нахождении на эскалаторе метрополитена.

11 класс

Контрольная работа № 1

1. Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия:

2. Последствия конструктивного и деструктивного конфликта:

Контрольная работа № 2

Вопрос 1

Для деструктивной формы поведения характерно

Варианты ответов

- приобретение опыта негативного решения задач, побег от решения проблем, разрушение физического психического и социального потенциала и т.д.
- выбор позитивных решений, сохранение физического, психического и социального потенциала

- ожидание, что проблема решится сама, сохранение физического, психического и социального потенциала

Вопрос 2

Деструктивное поведение не может сформироваться под влиянием

Варианты ответов

- общения в интернете
- различных игр в большом количестве
- отдельных аккаунтов в соцсетях, негативных течений, сообществ и субкультур

Вопрос 3

Шок-контент включает в себя информацию

Варианты ответов

- насилие и жестокость в обращении к людям, животным, острые кровавые сюжеты художественных и документальных фильмов
- жесткие сцены из жизни животных
- откровенные выступления актеров и певцов большой сцены

Вопрос 4

Кибербуллинг проявляется в

Варианты ответов

- продолжительной травле с размещением агрессивных и нелицеприятных комментариев и фото в соцсетях
- неприятии твоего мнения в чатах, форумах
- игнорирование и блокирование твоего профиля в интересных для тебя группах и форумах

Вопрос 5

Интернет хранилища

Варианты ответов

- безопасны для размещения твоих личных данных
- облачные сервисы не дают гарантии в сохранности материалов
- информация из закрытых областей не может быть вынесена на всеобщее обозрение

Вопрос 6

Верно ли утверждение, что любую фото с собой я могу разместить и удалить в любое время без особых последствий и сложностей

Варианты ответов

- нет, всё что попадает в интернет сохраняется там навсегда и может быть использовано против вас даже через несколько лет
- да, мой профиль: хочу размещаю, хочу удаляю
- у меня страница закрытая, поэтому с нее ничего не украдешь

Вопрос 7

Конформистское поведение относится к модели

Варианты ответов

- позитивной
- неэффективной
- негативной

Вопрос 8

Перекладывание ответственности на других, ожидание саморешаемости проблемы, сохранение физического, психического и социального потенциала относится к модели поведения

Варианты ответов

- позитивной
- конформистской
- деструктивной

Вопрос 9

Какое из описаний не относится к характеристикам деструктивных групп в интернете

Варианты ответов

- призывают к совершению действий, ведущих к укреплению физического и психического здоровья
- запрещены на территории России
- потенциально опасны для психического здоровья
- призывают к совершению действий, опасных для физического и психического здоровья

Вопрос 10

Основных направлений опасностей и рисков в цифровой среде существует

Варианты ответов

- 2
- 6
- очень много

Вопрос 11

К угрозам технике и программам не относят

Варианты ответов

- цифровую зависимость
- психологические травмы
- вредоносные программы
- слежка

Вопрос 12

Игромания-это

Варианты ответов

- патологическая склонность к играм (как к видеоиграм, так и азартным играм)
- постоянная навязчивая потребность в совершении каких-либо действий, вопреки неблагоприятным последствиям
- способ расслабиться после трудовых будней

Вопрос 13

Социальная инженерия-совокупность приёмов

Варианты ответов

- направленных на помощь в организации управлении данными цифровой среды
- направленных на получение несанкционированного доступа к конфиденциальной информации и основанных на знании психологии людей
- направленных на помощь в оформлении важных документов в интернете, не выходя из дома

Вопрос 14

Какая из характеристик не относится к понятию СПАМ?

Варианты ответов

- информация несёт вред здоровью и психике человека
- абсолютно безопасен для компьютера и его пользователя
- явления, которые можно назвать условно мошенническими
- часто информация рекламного и агитационного характера

Вопрос 15

сли вы увидели что-то пугающее в интернете, что необходимо сделать

Варианты ответов

- закройте этот материал
- напомните себе, что вы в безопасности
- примите душ, прогуляйтесь, сделайте зарядку, просмотрите приятный позитивный контент

- зайдите и разберитесь с предложенной информацией, чтобы не попасть в следующий раз

Вопрос 16

За информацию размещаемую и распространяемую при помощи репостов ответственность

Варианты ответов

- может быть согласно УК РФ: спектр наказаний от штрафа до лишения свободы
- может наступать с 14 лет
- не предусмотрена
- наступает с 18 лет

Контрольная работа № 3

1. Общенациональной проблемой в России является

А. повышение общей культуры каждого человека в области безопасности жизнедеятельности;

Б. предупреждение ЧС природного, техногенного и социального характера;

В. защита границ и территорий от террористов.

2. В соответствии с указом Президента РФ в России образовано семь федеральных округов. Что лишнее?

А. Центральный

Б. Северо-западный

В. Приволжский

Г. Южный

Д. Уральский

Е. Сибирский

Ж. Дальневосточный

З. Северный

3. Важнейшей составляющей национальных интересов является защита

А. от ЧС природного и техногенного характера;

Б. от опасностей военного времени;

В. от терроризма;

Г. от ДТП. Что лишнее?

4. Главными целями и задачами СНГ являются развитие сотрудничества в областях

А. политической;

Б. экономической;

В. культурной;

Г. всех вышеперечисленных.

5. Национальные интересы России во внутривнутриполитической сфере состоят

А. в обеспечении стабильности конституционного строя, институтов государственной власти;

Б. в обеспечении демократических перемен и уничтожении терроризма;

В. в обеспечении гражданского мира и национального согласия и территориальной целостности, единства правового поля и порядка;

Г. в обеспечении интернационализма и создания причин возврата к социализму.

6. Основными причинами увеличения количества ЧС природного и техногенного характера является

А. опасные природные явления;

- Б. стихийные бедствия;
- В. аварии и техногенные катастрофы;
- Г. человеческий фактор.

7. При обеспечении безопасности жизнедеятельности населения в условиях ЧС мирного и военного времени РСЧС проводит мероприятия по

- А. мониторингу;
- Б. прогнозированию;
- В. оповещению;
- Г. инженерной защите населения и территорий от ЧС;
- Д. радиационной и химической защите;
- Е. биологической защите;
- Ж. эвакуации населения;

З. аварийно-спасательным и другим неотложным работам. Что лишнее?

8. К ЧС социального характера относятся

- А. война;
- Б. терроризм;
- В. наркобизнес;
- Г. злоупотребление опьяняющими веществами;
- Д. похищение людей;
- Е. инфекционные болезни. Что лишнее?

9. Назовите закон, определяющий правовые и организационные нормы в области защиты от ЧС?

- А. закон РФ «О безопасности»;
- Б. ФЗ «Об обороне»;
- В. ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»;
- Г. ФЗ «О гражданской обороне».

10. Назовите федеральный орган, решающий задачи безопасности жизнедеятельности населения?

- А. министерство обороны РФ;
- Б. министерство РФ по делам гражданской обороны, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий;
- В. федеральная служба безопасности;
- Г. министерство труда и занятости РФ.

11. Под ликвидацией ЧС подразумевается

- А. проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ при возникновении ЧС;
- Б. локализация зон ЧС и прекращение действия характерных для них опасных факторов;

12. Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы называется

- А. экстремальной ситуацией;
- Б. стихийным бедствием;
- В. чрезвычайным происшествием;
- Г. чрезвычайной ситуацией.
- В. организация строительства жилья для пострадавшего населения.

13. К зоне чрезвычайной ситуации относится
- А. территория, на которой прогнозируется ЧС;
 - Б. территория, на которой расположены потенциально опасные объекты;
 - В. территория, на которой сложилась ЧС.
14. Разрушительное природно-антропогенное явление, в результате которого уничтожены компоненты окружающей среды, классифицируется как
- А. опасное природное явление;
 - Б. стихийное бедствие;
 - В. экологическое бедствие;
 - Г. антропогенная катастрофа.
15. ЧС, последствия которых выходят за пределы РФ, классифицируются как
- А. глобальные;
 - Б. континентальные;
 - В. международные;
 - Г. национальные.
16. По масштабам последствий ЧС классифицируются как частные, объектовые, местные, а также
- А. локальные и федеральные;
 - Б. районные и трансграничные;
 - В. федеральные и трансконтинентальные;
 - Г. региональные и глобальные.
17. Если зона ЧС не выходит за пределы города, пострадало не более 50 человек и ущерб не более 5.000 минимальных зарплат, то такая ЧС характеризуется как
- А. локальная;
 - Б. территориальная;
 - В. местная;
 - Г. районная.
18. Рабочими органами комиссий по ЧС соответствующих органов государственной власти и местного самоуправления являются
- А. специально созданные штабы;
 - Б. органы управления по делам ГО ЧС;
 - В. эвакуационные комиссии.
19. По сигналу «Внимание!» всем необходимо
- А. включить радио и ТВ для прослушивания сообщений;
 - Б. сообщить соседям и родственникам о случившемся;
 - В. собрать чемодан с вещами первой необходимости.
20. Потенциальную опасность возникновения ЧС в районе проживания можно выяснить
- А. в отделении полиции;
 - Б. в санэпидемстанции;
 - В. в госпожнадзоре;
 - Г. в управлении по делам ГО и ЧС.