

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Журавская средняя общеобразовательная школа» Прохоровского района Белгородской области

<p style="text-align: center;"><b>Согласовано</b></p> Руководитель РМО _____ Бузанаков В.Ю.  Протокол № ____ от « ____ » _____ 2014г.	<p style="text-align: center;"><b>Согласовано</b></p> Заместитель директора школы по УР МБОУ «Журавская СОШ» _____ Линькова И.А.  « ____ » _____ 2014г.	<p style="text-align: center;"><b>Утверждено</b></p> Директор МБОУ «Журавская СОШ» _____ Пономарев Г.А.  Приказ № ____ от « ____ » _____ 2014 г.
---	--	---

**Рабочая программа  
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» на  
ступени среднего общего образования, реализующей федеральный  
компонент государственного образовательного стандарта.**

10-11 класс  
Базовый уровень

Разработал: преподаватель-организатор ОБЖ МБОУ «Журавская СОШ»  
Линьков А.Н.

### **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа составлена на основе:

- стандарта основного общего образования по ОБЖ (базовый уровень) 2004 г.
- инструктивно-методического письма о преподавании ОБЖ в 2014-2015 учебном году в общеобразовательных учреждениях Белгородской области.
- учебного плана МБОУ «Журавская СОШ» на 2014-2015 учебный год.
- авторской программы : «Основы безопасности жизнедеятельности» (5-11 классы общеобразовательных учреждений). В.Н. Латчук., С.К. Миронов., С.Н. Вангородский, – М.: «Дрофа», 2010.

Рабочая программа построена с учётом уровня подготовки и общего развития учащихся 10 -11 классов, и предназначена для формирования у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь.

В ходе реализации данной Рабочей программы уделяется особое внимание развитию способности предвидеть опасные ситуации, оценивать и прогнозировать их развитие; предусматривается использование приобретенных навыков аналитического поведения в жизненно опасных ситуациях.

Предусмотрено воспитание и формирование ответственного отношения к окружающей природной среде; развитие у учащихся чувства ответственности за своё поведение, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих; формирование личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных чрезвычайных ситуациях.

В программу внесены следующие изменения:

1. На 5 часов уменьшено изучение раздела «Безопасность и защита человека в среде обитания» в 10 классе;
- 2.

### **Общая характеристика предмета**

Согласно Закону Белгородской области от 03 июля 2006 г. №57 «Об утверждении регионального компонента государственных образовательных стандартов общего образования в Белгородской области» (с внесенными в него изменениями от 03.05.2011 г. №34, принятыми Белгородской областной Думой 28.04.2011 г.) и приказу департамента образования, культуры и молодежной политики Белгородской области от 23 апреля 2012 г. №1380 «Об утверждении базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Белгородской области, реализующих программы общего образования» преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе осуществляется за счет времени федерального компонента в объеме 1 часа в неделю.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский «Основы безопасности жизнедеятельности», «Дрофа», 2007 г, включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2013/2014 учебный год.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы, Базисному учебному плану. Она включает все темы, предусмотренные федеральным, региональным и школьным компонентами государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Цели и задачи программы обучения:

- воспитание у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;
- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;
- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

В основу содержания программы положена идея полицентризма опасных и вредных факторов, а также идея предметной интеграции. Элементы содержания других общеобразовательных областей, одновременно являющиеся фрагментами образовательной области ОБЖ и подлежащие чёткой взаимосвязи с интегрирующим курсом, рассматриваются: в естествознании, обществознании, технологии, физической культуре, математике и информатике и др. предметная интеграция в программе способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте и предмете, усилению развивающей и культурной составляющей курса, а также рациональному использованию учебного времени.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;

- внеклассная и внешкольная работа (участие в Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности» и «Безопасное колесо», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классе осуществляется за счет времени федерального компонента в объеме 1 часа в неделю.

По окончании учебного курса в 11 классе учащиеся имеют право выбора экзамена по ОБЖ, на основании Положения о порядке проведения государственного выпускного экзамена (утверждено приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 03.03.2009 № 70) и Положения о государственной (итоговой) аттестации выпускников IX, XI(XII) классов общеобразовательных учреждений Российской Федерации (утверждено приказом Минобразования России от 03.12.1999 № 1075).

Программа рассчитана на 103 часа (34 часа в 10 классе плюс 35 часов на учебные сборы; 34 часа в 11 классе).

Количество часов в неделю – 1.

Практическая часть занятий на базе воинской части (учебные сборы) сокращена до 35 учебных часов, в соответствии с инструктивно-методическим письмом департамента образования, культуры и молодежной политики Белгородской области «О преподавании предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях Белгородской области в 2013-2014 учебном году», по подразделу «Уставы Вооруженных Сил РФ» - 5 часов.

### **Требования к уровню подготовки учащихся:**

Требования разработаны на основании Госстандарта по ОБЖ в соответствии с обязательным минимумом и служат основой для разработки и осуществления контроля качества образования по ОБЖ для государственной аттестации выпускников образовательных учреждений. Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «**Знать**» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «**Уметь**» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

#### **знать:**

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь:**

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;

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

- ведения здорового образа жизни;
- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоемах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим, находящимся в неотложных состояниях;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе.

## **Содержание программы учебного предмета**

### **10 класс**

#### **Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

#### **1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения**

*1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. Практические занятия.*

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

*1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Практические занятия.*

Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

*1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.*

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

*1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Практические занятия.*

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

*1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи*

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

*1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности*

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

## **2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны**

*2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны*

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

*2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения*

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

*2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени*

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

*2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени*

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

*2.5. Средства индивидуальной защиты*

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

*Практические занятия.* Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

*2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций*

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

*2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении*

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

*3.1. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности*

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

*3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика*

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм, передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

### **4. Основы здорового образа жизни**

*4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие*

Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

*4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека*

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

*4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека*

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

*4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек*

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека,

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура и быту.

### **Раздел III. Основы военной службы**

#### **5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества**

##### *5.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации*

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

*5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение*

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

*5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.*

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами.

*5.4. Другие войска, их состав и предназначение*

Пограничные органы Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

## **6. Боевые традиции Вооруженных Сил России**

### *6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества*

Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов — основное содержание патриотизма.

Воинский долг — обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг.

### *6.2. Памяти поколений — дни воинской славы России*

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

### *6.3. Дружба у войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений*

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

## **7. Символы воинской чести**

### *7.1. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы*

Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

### *7.2. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе*

История государственных наград за военные отличия в России.

Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

### *7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации*

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

## **8. Основы военной службы (практические занятия на базе воинской части во внеурочное время)**

### *8.1. Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках*

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части в военное и мирное время, боевыми традициями и задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня, с требованиями к правилам безопасности во время занятий с оружием и на военной технике. Значение учебных сборов в практической подготовке обучающихся к военной службе.

### *8.2. Размещение и быт военнослужащих*

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, содержание помещений. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды.

Распределение служебного времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих.

#### 8.3. *Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда*

Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда.

#### 8.4. *Организация караульной службы, обязанности часового*

Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового.

#### 8.5. *Строевая подготовка*

Отработка строевых приемов и движений без оружия. Отработка правил воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Строй отделения. Строй взвода. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

#### 8.6. *Огневая подготовка*

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка, смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Правила стрельбы, ведения огня из автомата. Меры безопасности при стрельбе. Практическая стрельба.

#### 8.7. *Тактическая подготовка*

Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания и маскировки.

#### 8.8. *Физическая подготовка*

Разучивание упражнений утренней физической зарядки. Проведение занятий по физической подготовке в объеме требований, предъявляемых к новому пополнению воинских частей.

## **11 класс**

### **Раздел I. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **1. Основы здорового образа жизни**

##### *1.1. Правила личной гигиены и здоровье*

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

1.2. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

1.3. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

1.4. СПИД и его профилактика

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.

СПИД — это финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

##### *1.5. Семья в современном обществе. Законодательство и семья*

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.

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

### *2.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте (практические занятия)*

Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

### *2.2. Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)*

Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.

Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью.

### *2.3. Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)*

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.

### *2.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца*

Понятия клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

## **Раздел II. Основы военной службы**

### **3. Воинская обязанность**

#### *3.1. Основные понятия о воинской обязанности*

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

#### *3.2. Организация воинского учета и его предназначение*

Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

#### *3.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе*

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе.

Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские, связи и наблюдения, водительские и др.).

#### *3.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе*

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

#### *3.5. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет*

Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Предназначение медицинского освидетельствования. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.

#### *3.6. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе*

Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.

#### **4. Особенности военной службы**

##### *4.1. Правовые основы военной службы*

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права.

##### *4.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни*

Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и основные положения.

##### *4.3. Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России*

Военная присяга — основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

##### *4.4. Прохождение военной службы по призыву*

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставления отсрочек.

Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Время военной службы, организация проводов военнослужащих, уволенных в запас.

Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.

Военная форма одежды.

##### *4.5. Прохождение военной службы по контракту*

Основные условия прохождения военной службы по контракту.

Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

##### *4.6. Права и ответственность военнослужащих*

Общие права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

##### *4.7. Альтернативная гражданская служба*

Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».

Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства.

Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. ^

Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.

## **5. Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил**

*5.1. Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества*

Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитник Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя России, народа и Отечества.

*5.2. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой*

Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники, способов их использования в бою, понимание роли своей военной специальности и должности в обеспечении боеспособности и боеготовности подразделения. Потребность постоянно повышать военно-профессиональные знания, совершенствовать свою выучку и воинское мастерство, быть готовым к грамотным высокопрофессиональным действиям в условиях современного боя.

*5.3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина*

Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.

Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

*5.4. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников*

Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

*5.5. Как стать офицером Российской армии*

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

*5.6. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации*

Участие Вооруженных Сил Российской Федерации в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России.

Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях.  
Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

## Календарное тематическое планирование

10 класс.

№ урока	Тема урока и его содержание	часы	План сроки	Факт сроки	примечание
	<b>Безопасность и защита человека в среде обитания</b>	<b>19</b>			
1	Правила поведения в условиях автономного существования.	1			
2	Правила поведения в криминогенных ситуациях. Входной контроль.	1			
3	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1			
4	Правила поведения человека в условиях ЧС природного и техногенного характера.	1			
5	РСЧС и ликвидация ЧС, ее структура и задачи.	1			
6	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1			
7	Гражданская оборона, основные понятия и определения.	1			
8	Современные средства поражения, поражающие факторы.	1			
9	Мероприятия по защите населения.	1			
10	Оповещение и информирование населения в мирное и военное время.	1			
11	Организация инженерной защиты.	1			
12	Обычные средства поражения	1			
13	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	1			
14	Средства индивидуальной защиты кожи.	1			
15	Химические средства защиты	1			
16	Проведение аварийно-спасательных работ.				

17	Содержание и виды аварийно-спасательных работ.	1			
18	Санитарная обработка.				
19	Повторение «Безопасность человека в среде обитания»	1			
	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>3</b>			
20	Основные инфекционные заболевания , их классификация.	1			
21	Иммунитет. Профилактика инфекционных заболеваний.	1			
22	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1			
	<b>Основы военной службы</b>	<b>12</b>			
23	Законодательство РФ об обороне государства и воинской обязанности	1			
24	История создания Вооруженных Сил России. Структура, виды, рода войск ВС.	1			
25	Функции и основные задачи ВС	1			
26	Другие войска, их состав и предназначение..	1			
27	Патриотизм и верность воинскому долгу.	1			
28	Дни воинской славы России.	1			
29	Дружба, войсковое товарищество.	1			
30	Боевое знамя воинской части. Ордена – почетные награды за воинские отличия.	1			
31	Ритуалы Вооруженных Сил РФ. Основы подготовки граждан к военной службе.	1			
32	Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.	1			
33	Организация караульной службы.	1			
34	Строевая подготовка. Огневая подготовка. Тактическая подготовка. Физическая	1			

	подготовка. Итоговое повторение. Итоговый контроль.				
--	---	--	--	--	--

## 11 класс

№ урока п/п	Тема урока и его содержание	часы	план сроки	Факт срок	примечание
	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>8</b>			
1.	Правила личной гигиены и здоровье.	1			
2.	Нравственность и здоровье. Входной контроль.	1			
3.	СПИД и его профилактика.	1			
4.	Семья в современном обществе. Законодательство о семье	1			
5.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности.	1			
6.	Первая медицинская помощь при ранениях.	1			
7.	.Первая медицинская помощь при травмах.	1			
8.	.Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1			
	<b>Основы военной службы</b>	<b>25</b>			
9.	Основные понятия о воинской обязанности.	1			
10.	.Организация воинского учета.	1			
11.	Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1			
12.	.Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1			
13.	Организация медицинского освидетельствования.	1			
14.	Увольнение с военной службы.	1			

15.	Правовые основы военной службы.	1			
16.	Общевоинские уставы ВС РФ.	1			
17.	Военная присяга.	1			
18.	Воинские звания.	1			
19.	Прохождение военной службы по призыву.	1			
20.	Прохождение военной службы по контракту.	1			
21.	.Права и ответственность военнослужащих.	1			
22.	Военнослужащий – патриот.	1			
23.	.Военнослужащий – специалист.	1			
24.	Требования воинской деятельности.	1			
25.	Военнослужащий – подчиненный.	1			
26.	Как стать офицером Российской Армии.	1			
27	Международная деятельность Вооруженных Сил РФ.	1			
28.	МПП. Ограничение методов и средств ведения войн.	1			
29	Международные отличительные знаки, используемые во время конфликтов.	1			
30	Призыв на военную службу, как стресс.	1			
31	Личная и социальная роль военного человека.	1			
32	Психологические свойства в структуре личности.	1			
33	Слухи и искажения. Морально-этические качества военнослужащих. Чувства личности и военная служба.	1			
34	Итоговое повторение. Итоговый контроль.	1			

## Формы и средства контроля

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), письменных работ, а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

5. Оценку «1» получает учащийся, который не усвоил изучаемый материал, отказывается отвечать или который не дал ответа на задание (вопросы). Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «1» получает учащийся, набравший 19 и менее % от максимально возможного количества баллов.

1. РСЧС состоит из:

- а) функциональных подсистем;
- б) районных подсистем;
- в) ведомственных подсистем.

2. В зависимости от обстановки и масштаба ЧС устанавливается один из режимов функционирования РСЧС:

- а) прогнозирования обстановки;
- б) повседневной деятельности;
- в) оперативного реагирования.

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

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

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

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

4. Противогаз снимается по команде:

- а) «Отбой!»;
- б) «Снять противогаз!»;
- в) «Газы!».

5. Противорадиационное укрытие защищает от:

- а) ударной волны;
- б) сильнодействующих ядовитых веществ;
- в) радиоактивного заражения.

6. Основными документами международного гуманитарного права являются:

- а) Декларация прав человека;
- б) четыре Женевских конвенции и два Дополнительных протокола к ним;
- в) Устав Организации Объединенных Наций.

7. К закрытым повреждениям относятся:

- а) царапины и порезы;
- б) ссадины и раны;
- в) вывихи, растяжения, ушибы.

8. Артериальное кровотечение возникает при:

- а) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
- б) поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;
- в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

9. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:

- а) любых ранениях конечности;
- б) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения;
- в) смешанном кровотечении.

10. Какова последовательность оказания первой помощи при растяжении:

а) наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

в) нанести йодную сетку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

11. При ожоге необходимо:

а) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5—10 минут наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

в) убрать с поверхности тела горячий предмет, не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.

12. Любую повязку начинают с фиксирующих ходов. Это означает:

а) фиксирование второго тура бинта к третьему;

б) второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой;

в) первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта, и зафиксировать его вторым туром.

13. При открытом переломе прежде всего необходимо:

а) дать обезболивающее средство;

б) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она находится в момент повреждения;

в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку;

г) остановить кровотечение.

14. Играя в футбол, один из игроков команды упал на руку. У него появилась сильная боль, деформация и ненормальная подвижность в предплечье. Какую первую медицинскую помощь вы должны оказать:

а) дать обезболивающее средство, наложить давящую повязку и доставить в медицинское учреждение;

б) дать обезболивающее средство, руку согнуть под прямым углом в локтевом суставе и провести иммобилизацию шиной или подручными средствами и доставить в медицинское учреждение;

в) смазать место повреждения йодом, дать обезболивающее средство и доставить в медицинское учреждение.

15. В результате падения у подростка появилась тошнота и рвота, нарушилась координация движений. Какова последовательность действий по оказанию первой медицинской помощи:

а) дать обезболивающие таблетки и проводить подростка в ближайшую поликлинику, больницу;

б) сделать промывание желудка, поставить клизму, дать успокаивающие средства;  
в) обеспечить покой, приложить к голове холодный компресс, вызвать «скорую помощь».

16. Какова последовательность оказания первой помощи при укусах клещей:

а) вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, удалить клеща пинцетом покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) на место, где присосался клещ, капнуть каплю йода, удалить клеща пинцетом легким покачиванием из стороны в сторону, место укуса обработать спиртом и йодом;

в) вымыть руки с мылом, на место, где присосался клещ, капнуть каплю масла, керосина или вазелина, а затем обработать спиртом и йодом, отправить пострадавшего в медицинское учреждение.

17. В нижеприведенном тексте определите правильные действия при промывании желудка:

а) дать выпить пострадавшему не менее 2 стаканов кипяченой воды или слабого раствора пищевой соды и, раздражая пальцами корень языка, вызвать рвоту;

б) дать выпить пострадавшему не менее 2 стаканов холодной воды из-под крана, надавливая на область живота, вызвать рвоту;

в) дать выпить пострадавшему 2 стакана уксусной эссенции и, надавливая на область шеи, вызвать рвоту.

18. При поступлении АХОВ в организм человека через рот, прежде всего, необходимо:

а) промыть желудок; б) прополоскать рот водой;

в) очистить кишечник; г) ввести абсорбенты.

19. При травматическом шоке, прежде всего, необходимо:

а) создать спокойную обстановку для пострадавшего (исключить раздражающие шумы), дать обезболивающее средство;

б) провести временную иммобилизацию, обеспечить полный покой пострадавшему, направить пострадавшего в лечебное заведение;

в) устранить действие травматического фактора, остановить кровотечение, обработать рану, наложить давящую повязку.

20. Пострадавшему необходимо сделать непрямой массаж сердца. Какова последовательность ваших действий:

а) положить пострадавшего на ровную твердую поверхность, встать на колени с левой стороны от пострадавшего параллельно его продольной оси, на область сердца положить разом две ладони, при этом пальцы рук должны быть разжаты, поочередно надавливать на грудину сначала правой, потом левой ладонью;

б) положить пострадавшего на кровать или на диван и встать от него с левой стороны, в точку проекции сердца на грудине положить ладони, давить на грудину руками с полусогнутыми пальцами поочередно ритмично через каждые 2—3 секунды;

в) положить пострадавшего на ровную твердую поверхность, встать на колени с левой стороны от пострадавшего параллельно его продольной оси, в точку проекции сердца на грудине положить ладони, пальцы должны быть приподняты, большие пальцы должны смотреть в разные стороны, давить на грудь только прямыми руками, используя вес тела, ладони не отрывать от грудины пострадавшего, каждое следующее движение производить после того, как грудная клетка вернется в исходное положение.

21. Основу опорно-двигательного аппарата составляет:

а) костная и мышечная системы; б) система кровообращения;

в) сердечно-сосудистая система.

22. Чтобы сохранить правильную осанку, необходимо:

а) сидеть прямо, плечи держать на одном уровне, грудную клетку и голову держать прямо, лишь немного наклоняя вперед, руки свободно положить на стол, ноги согнуты в коленях под прямым углом, а ступни упереть в пол;

б) сидеть, опираясь левым локтем на стол, чтобы грудная клетка упиралась в край стола, ноги должны быть вытянуты под столом и опираться пятками о пол;

в) голова должна быть наклонена как можно ближе к плоскости (крышке) стола, ноги должны быть вытянуты под столом и опираться пятками о пол.

23. Белки не выполняют функцию:

а) поддержки обмена веществ; б) психологической защиты организма;

в) защиты организма от внешней среды.

24. Какую роль играют витамины в развитии человека:

а) являются главным источником энергии; б) являются строительным материалом;

в) обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов.

25. Последний прием пищи (ужин) должен быть не менее чем:

а) за 1 – 2 часа до сна; б) за 3 – 4 часа до сна; в) за 2 – 3 часа до сна.

26. Средством развития быстроты являются упражнения:

а) с преодолением веса собственного тела;

б) требующие энергичных двигательных реакций;

в) на растягивание мышц.

27. Солнечные ванны летом лучше всего принимать:

а) до полудня; б) утром;

в) после полудня; г) вечером.

28. Одним из лучших материалов для изготовления одежды являются:

а) искусственные материалы; б) хлопчатобумажные ткани;

в) полимерные волокна; г) прорезиненные ткани.

29. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывают:

а) радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке;

б) никотин; в) эфирные масла, содержащиеся в табаке;

г) цианистый водород, содержащийся в табаке.

30. Отрицательное влияние алкоголя на органы человека характеризуется:

а) развитием сахарного диабета, увеличением мочевого пузыря;

б) усилением защитной функции организма при переохлаждении;

в) нарушением защитной функции печени, мозжечка, развитием туберкулеза.

31. Болезни, возникающие в результате злоупотребления веществами, вызывающими кратковременное чувство благоприятного психического состояния, — это:

а) наркомания и токсикомания; б) табакокурение и алкоголизм;

в) пищевое отравление.

32. Какие химические соединения, попадая в атмосферу и взаимодействуя с влагой, могут образовать кислотные осадки:

а) диоксид серы и оксиды азота;

б) свинец и его соединения;

в) ртуть и ее соединения;

г) бензин и машинные масла.

33. РСЧС создана с целью:

а) прогнозирования ЧС на территории Российской Федерации и организации проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ;

б) объединения усилий органов власти, организаций и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

в) обеспечения первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации.

34. Рабочими органами комиссий по чрезвычайным ситуациям соответствующих органов государственной власти и местного самоуправления являются:

а) органы управления по делам ГОЧС;

б) специально создаваемые штабы;

в) эвакуационные комиссии.

35. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:

а) «Внимание! Опасность!»; б) «Внимание всем!»; в) «Тревога».

36. При каких условиях противогаз носится в положении «наготове»:

а) по сигналу «Воздушная тревога!»; б) при условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ; в) при угрозе заражения, после информации по радио или по команде «Противогазы готовы!».

37. К коллективным средствам защиты относятся:

а) убежища и противорадиационные укрытия; б) противогазы и респираторы; в) средства защиты кожи и респираторы на всех работников предприятия.

38. Международное гуманитарное право — это:

а) совокупность норм, направленных на защиту прав человека в мирное время;  
б) совокупность норм, основанных на принципах гуманности и направленных на защиту жертв вооруженных конфликтов и ограничение средств и методов ведения войны;  
в) совокупность норм, направленных на защиту жертв стихийных бедствий.

39. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающиеся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека факторов внешней среды, — это:

а) рана; б) ушиб; в) травма.

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

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

41. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки:

а) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;  
б) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;  
в) обработать рану йодом.

42. Какова последовательность оказания первой помощи при ушибах:

а) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;  
б) на место ушиба наложить холод, тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему доставить его в медицинское учреждение;  
в) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.

43. Повреждение тканей, возникающее при повышении их температуры свыше 50 °С, - это:

а) тепловой удар; б) солнечный удар; в) ожог.

44. Не существует бинтовых повязок типа:

а) пращевидные; б) колосовидные; в) спиральные; г) обезболивающие;  
д) сходящиеся или расходящиеся.

45. Признаками перелома являются:

а) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;  
б) тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;  
в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

46. При закрытом переломе бедра необходимо:

а) попытаться определить подвижность ноги, согнув ее в коленном суставе, придать пострадавшему возвышенное положение;  
б) дать обезболивающее средство, положить две шины: длинную, от подмышечной впадины до наружной лодыжки, и короткую, от промежности до внутренней лодыжки;

в) дать обезболивающее средство и наложить шину из подручного материала от подмышечной впадины до коленного сустава.

47. Один из признаков сотрясения головного мозга — это:

- а) увеличение лимфатических узлов; б) появление сыпи на руках и ногах;
- в) покраснение кожи в области суставов; г) нечеткость зрения и неодинаковые зрачки.

48. При укусах насекомых прежде всего необходимо:

- а) промыть ранку спиртом или слабым раствором марганцовки;
- б) аккуратно удалить жало, если оно есть;
- в) дать пострадавшему 1—2 таблетки димедрола (супрастина, тавегила), а также 1—2 таблетки глюконата кальция;
- г) на место укуса наложить холод.

49. Какова очередность действий при оказании первой помощи в случае пищевого отравления:

а) промыть пострадавшему желудок, дать выпить крепкого чая и направить в лечебное учреждение;

б) измерить пострадавшему температуру, дать обезболивающее средство и вызвать врача;

в) на область желудка положить грелку и вызвать «скорую помощь».

50. При попадании АХОВ на кожу необходимо прежде всего:

- а) провести полную санитарную обработку; б) промыть глаза водой в течение 10-15 минут;
- в) механически удалить АХОВ; г) направить пострадавшего в лечебное заведение.

51. Какова последовательность оказания первой помощи при коллапсе:

а) пострадавшего уложить на живот, подложив подушку, нижнюю часть туловища и ноги несколько опустить, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, согреть ноги;

б) пострадавшего уложить на спину, подложив подушку, нижнюю часть туловища и ноги пострадавшего приподнять как можно выше, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, приложить лед к ногам;

в) пострадавшего уложить на спину, нижнюю часть туловища и ноги пострадавшего несколько приподнять, дать понюхать (вдохнуть) нашатырного спирта, согреть ноги.

52. Каковы правильные действия по нанесению прекардиального удара в области грудины:

а) прекардиальный удар наносится ладонью в точку, расположенную на груди выше мечевидного отростка на 2—3 см и на 2 см влево от центра грудины, локоть руки, наносящей удар, должен быть направлен поперек тела пострадавшего, удар должен быть скользящим;

б) прекардиальный удар, короткий и достаточно резкий, наносится в точку, расположенную на груди не выше мечевидного отростка на 2—3 см и на 2 см влево от центра грудины, локоть руки, наносящей удар, должен быть направлен вдоль тела пострадавшего, сразу после удара выяснить — возобновилась ли работа сердца;

в) прекардиальный удар наносится ребром сжатой в кулак ладони в точку, расположенную на груди выше мечевидного отростка на 2—3 см и на 2 см влево от центра грудины, после первого удара сделать второй удар.

53. Для осуществления движения в организме человека с первых дней его развития формируется:

- а) центральная нервная система; б) опорно-двигательный аппарат;
- в) сердечно-сосудистая система.

54. Искривление позвоночника в правую или левую сторону — это:

- а) заболевание костей скелета; б) сколиоз; в) заболевание мышц.

55. Избыточная энергия, поступающая в организм с пищей, опасна для здоровья человека, так как приводит:

- а) к физическому утомлению; б) к гиподинамии;  
в) к увеличению массы тела (веса) человека.
56. Кладовыми углеводов в организме человека являются:  
а) печень и мышцы; б) желудок и легкие; в) кости.
57. К каким последствиям в организме приводит недостаток йода:  
а) к малокровию; б) к развитию некоторых заболеваний щитовидной железы;  
в) к нарушению роста.
58. К физическим качествам, обеспечивающим высокий уровень здоровья, не относятся:  
а) скоростные качества; б) силовые качества;  
в) выносливость, гибкость; г) психологические качества.
59. Регулярное закаливание способствует:  
а) повышению аппетита; б) замедлению процесса старения;  
в) отвыканию от вредных привычек.
60. Одной из составляющих здорового образа жизни является:  
а) малоподвижный образ жизни; б) небольшие и умеренные физические нагрузки;  
в) оптимальный уровень двигательной активности;  
г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.
61. Из перечисленных ниже симптомов выберите те, которые являются признаками острого отравления никотином:  
а) покраснение глаз, покашливание, отек лица;  
б) горечь во рту, кашель, головокружение, тошнота, слабость, недомогание, бледность лица;  
в) потеря ориентировки, увеличение лимфатических узлов.
62. Алкоголь, попавший в организм человека:  
а) растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы;  
б) быстро выводится вместе с мочой;  
в) не выводится из организма до самой смерти.
63. Какова последовательность оказания первой помощи при алкогольном отравлении:  
а) уложить пострадавшего на спину и очистить ему дыхательные пути, промыть желудок, положить к ногам теплую грелку, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом, вызвать «скорую помощь»;  
б) уложить пострадавшего на бок и очистить ему дыхательные пути, промыть желудок, положить на голову холодный компресс, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом, вызвать «скорую помощь»;  
в) уложить пострадавшего на бок, промыть желудок, положить на голову холодный компресс, дать пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом.
64. Вы заходите в свой подъезд, слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Как вы поступите:  
а) будете спокойно подниматься домой; б) будете ждать, пока они уйдут;  
в) будете дожидаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросите проводить вас до квартиры.
65. Вы пришли домой и заметили, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т. п.). Ваши действия:  
а) войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в милицию;  
б) не будете входить в квартиру, а вызовете милицию по телефону от соседей;  
в) войдете в квартиру и сразу сообщите в милицию по телефону 02.
66. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

- а) туристические ботинки, кеды, кроссовки;
- б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;
- в) полуботинки, сапоги, туфли.

67. Приметами хоженной тропы могут быть:

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

68. Как развести костер:

- а) поджечь ветки в костре двумя-тремя спичками, а затем сверху положить дрова;
- б) положить на почву растопку, поджечь ее, а сверху положить ветки и затем дрова;
- в) приготовить растопку и дрова, сверху веток положить поленья и соблюдать правила пожарной без опасности.

69. Что можно использовать, чтобы заварить чай:

- а) листья березы;
- б) волчьи ягоды;
- в) бузину;
- г) иван-чай;
- д) полынь.

70. Как вы будете переправляться, если лед ненадежен, а обойти его нет возможности:

- а) с шестом, держа его горизонтально на уровне груди;
- б) ползком;
- в) обычным шагом, простукивая лед впереди палкой.

71. Что такое землетрясение:

- а) область возникновения подземного удара;
- б) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность;
- в) подземные удары и колебания поверхности Земли.

72. Вы находитесь дома один. Вдруг задрожали стекла и люстра, с полок начали падать посуда и книги. Вы срочно:

- а) займете место в дверном проеме;
- б) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договориться о месте встречи;
- в) закроете окна и двери, перейдете в подвальное помещение или защитное сооружение.

73. Основной способ спасения людей при извержении вулканов:

- а) эвакуация;
- б) укрытие в специально оборудованных убежищах;
- в) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

74. Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин:

- а) лесные пожары, изменение климата и погодных условий, гибель людей и животных;
- б) извержение вулканов, усиление сейсмической активности, повышение уровня воды в реках и водоемах;
- в) перекрытие русел рек, изменение ландшафта, гибель людей и животных, разрушение зданий и сооружений, сокращение их толщами пород.

75. Ветер скоростью до 13 м/с называется:

- а) шторм;
- б) бриз;
- в) циклон.

76. Сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с, называется:

- а) ураган;
- б) смерч;
- в) буря;
- г) циклон.

77. Лучшая защита от смерча:

- а) мосты, большие деревья;
- б) будки на автобусных остановках;
- в) подвальные помещения, подземные сооружения.

78. При заблаговременном оповещении о наводнении необходимо:

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

79. Одним из признаков приближения цунами является:

- а) поведение животных, которые торопливо уходят на склоны гор и возвышенности;

б) неожиданный ураган с выпадением обильных осадков;  
в) резкое понижение или повышение температуры воздуха, сопровождающееся обильным таянием ледников в горных районах или сходом лавин.

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

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

81. Объект народного хозяйства или иного назначения, при аварии на котором может произойти гибель людей, сельскохозяйственных животных и растений, возникнуть угроза здоровью людей либо будет нанесен ущерб экономике или окружающей природной среде, называется:

а) аварийный объект; б) потенциально опасный объект;  
в) катастрофически опасный объект.

82. Процесс горения протекает при наличии:

а) возможности для теплообмена; б) горючего вещества, окислителя и источника воспламенения; в) горючего вещества и восстановителя.

83. Поражающие факторы химических аварий с выбросом АХОВ – это:

а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;  
б) проникновение опасных веществ через органы дыхания и кожные покровы в организм человека;  
в) лучистый поток энергии;  
г) выделение из облака зараженного воздуха раскаленных частиц, вызывающих ожоги.

84. Хлор – это:

а) бесцветный газ с резким запахом (нашатырного спирта);  
б) парообразное вещество с запахом горького миндаля, от которого появляется металлический привкус во рту;  
в) зеленовато-желтый газ с резким запахом.

85. Прибыв на место размещения в случае эвакуации из зоны аварии с выбросом АХОВ, необходимо:

а) немедленно зарегистрироваться, после регистрации надеть одежду, вытереть ботинки, пройти в здание и умыться;

б) снять верхнюю одежду, принять душ с мылом, промыть глаза и прополоскать рот;

в) помочь эвакуируемым разместиться на сборном эвакуационном пункте, пройти на пункт питания, исключить какие-либо физические нагрузки и лечь отдыхать.

86. Объект с ядерным реактором, завод, использующий ядерное топливо или перерабатывающий ядерный материал, а также место его хранения и транспортное средство, перевозящее ядерный материал или источник ионизирующего излучения, при аварии на котором или при разрушении которого может произойти облучение людей, животных и растений, а также радиоактивное загрязнение окружающей природной среды, — это:

а) радиационно опасный объект; б) объект экономики особой опасности;  
в) экологически опасный объект; г) объект повышенной опасности.

87. При оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте необходимо действовать в указанной последовательности:

а) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

б) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые

продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты и следовать на сборный эвакуационный пункт;

в) включить радио и выслушать сообщение, освободить от продуктов питания холодильник и вынести скоропортящиеся продукты и мусор, выключить газ, электричество, погасить огонь в печи, взять необходимые продукты питания, вещи и документы, надеть средства индивидуальной защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт.

88. К поражающим факторам волны прорыва относятся:

а) электромагнитное и акустическое излучение, гидродинамическое давление и смыв плодородных почв;

б) поражающее действие различных предметов, вовлекаемых в движение, непосредственное динамическое воздействие на тело человека и травмирующее действие обломков сооружений;

в) ударная волна, пониженная концентрация кислорода в воздухе и повышенная температура окружающей среды.

89. К видам Вооружённых Сил Российской Федерации относятся:

а) Ракетные войска стратегического назначения, Сухопутные войска, Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской Флот;

б) Сухопутные войска, воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска;

в) Ракетные войска стратегического назначения, артиллерийские войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска.

90. Воздушно-десантные войска – это:

а) вид Вооружённых Сил, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

б) род войска, предназначенный для боевых действий в тылу противника;

в) вид войск, обеспечивающий выполнение боевых задач на территории, занятой противником, с применением специальной военной техники.

91. Законом Российской Федерации «О безопасности» установлено, что безопасность – это:

а) условия, при которых постоянно сохраняется целостность и неприкосновенность территории государства;

б) такое состояние Вооружённых Сил, при котором исключаются любые агрессии со стороны других государств;

в) состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз.

92. Совершение выдающихся по своему значению действий и требующих от человека (воина) личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвованию – это:

а) героизм; б) мужество; в) воинская честь.

93. Воинский коллектив – это:

а) воинское подразделение одного рода войск, обеспечивающее выполнение поставленного перед ним боевого задания;

б) группа военнослужащих, объединённых совместным воинским трудом и общими интересами в военном деле;

в) подразделение военнослужащих, имеющих общие цели и задачи в мирное или военное время.

94. Воинские ритуалы – это:

а) торжественные мероприятия, совершаемые в повседневных условиях, во время праздничных торжеств и других случаях;

б) торжественные мероприятия, совершаемые в воинских подразделениях в праздничные дни;

в) установленные воинскими уставами церемонии, совершаемые военнослужащими при несении гарнизонной и караульной служб.

95. Военная служба исполняется гражданами:

- а) только в Вооружённых Силах Российской Федерации;
- б) в Вооружённых Силах Российской Федерации, пограничных войсках Федеральной пограничной службы Российской Федерации и войсках гражданской обороны;
- в) в Вооружённых Силах Российской Федерации, других войсках, органах и формированиях.

96. Уклонившимися от исполнения воинской обязанности считается гражданин:

- а) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок без уважительной причины;
- б) явившийся по вызову военного комиссариата без необходимых документов;
- в) не явившийся по вызову военного комиссариата в указанный срок, даже имея уважительную причину.

97. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:

- а) не годен к военной службе;
- б) временно не годен к военной службе;
- в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

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

- а) до одного месяца, но не чаще одного раза в пять лет;
- б) до двух месяцев, но не чаще одного раза в три года;
- в) до трёх месяцев, но не чаще одного раза в четыре года.

99. Уставы Вооружённых Сил Российской Федерации подразделяются на:

- а) уставы родов войск и строевые;
- б) тактические, стрелковые, общевойсковые;
- в) боевые и общевойсковые.

100. Какой устав определяет предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также регламентирует проведение гарнизонных мероприятий с участием войск:

- а) Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил Российской Федерации;
- б) Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации;
- в) Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации.

101. Каким законодательным актом установлена система воинских званий для всех составов военнослужащих:

- а) Законом Российской Федерации «О безопасности»;
- б) Федеральным Законом Российской Федерации «О статусе военнослужащих»;
- в) Федеральным Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе».

102. На военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, могут налагаться только те дисциплинарные взыскания, которые определены:

- а) в Дисциплинарном уставе Вооружённых Сил Российской Федерации;
- б) в Уголовном кодексе Российской Федерации;
- в) в Гражданском кодексе Российской Федерации.

103. Призыв граждан на военную службу проводится:

- а) два раза в год с 1 апреля по 30 июня и с 1 октября по 31 декабря;
- б) один раз в год с 1 апреля по 30 июля;
- в) на основании приказа Министерства обороны Российской Федерации с 1 апреля по 31 декабря.

Вопросы для устного и письменного опроса:

1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Что такое выживание?
  2. Перечислите способы добывания огня.

3. В каких случаях при аварии транспортного средства лучше оставаться на месте?
2. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Что такое автономное существование?
  2. Перечислите основные источники пищи в условиях автономного существования.
  3. Расскажите, как используют компас при определении азимута на местный предмет.
3. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Что значит сориентироваться на местности?
  2. Как можно добыть воду в природных условиях?
  3. Что надо делать в случае аварии транспортного средства?
4. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Как определить исправность компаса?
  2. Как можно обеззаразить воду в природных условиях?
  3. Основные причины попадания в условия автономного существования.
5. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Что определяет успех выживания?
  2. Перечислите основные способы ориентирования.
  3. В каких случаях при аварии транспортного средства лучше уйти с места аварии?
6. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Что такое азимут?
  2. Какими правилами надо руководствоваться при выборе места для костра?
  3. Какими правилами надо руководствоваться при недостатке воды?
7. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Порядок ориентирования по солнцу.
  2. Перечислите типы костров.
  3. Какими правилами надо руководствоваться при оборудовании укрытия?
8. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Порядок ориентирования по звездам.
  2. Что надо учитывать при выборе типа укрытия?
  3. Какими правилами надо руководствоваться при разведении костра?
9. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования
  1. Какими способами можно определить пройденное расстояние?
  2. Какими правилами надо руководствоваться при недостатке продуктов питания?
  3. Изложите правила пользования компасом при определении направления на местности по заданному азимуту.
10. Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера
  1. О чем надо помнить, поздно возвращаясь домой?
  2. Что вы будете делать, если вас кто-то преследует?
  3. Какие меры безопасности надо принимать при нахождении вне жилища?
11. Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера
  1. Какие опасные ситуации могут возникнуть в подъезде дома?
  2. Какие опасные ситуации могут возникнуть при пользовании лифтом?
  3. В чем заключается криминогенная опасность общественного транспорта?
12. Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера
  1. Как вы будете действовать при входе в подъезд дома?
  2. Какие меры безопасности надо соблюдать при пользовании общественным транспортом?
  3. Какие меры безопасности надо соблюдать при пользовании лифтом?
13. Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера
  1. Как вы будете действовать при входе в квартиру?
  2. Перечислите правила безопасного поведения при нахождении в общественных местах.
  3. Какие меры безопасности надо соблюдать при пользовании железнодорожным транспортом?
14. Уголовная ответственность несовершеннолетних

1. Что понимается под преступлением?
2. С какого возраста наступает уголовная ответственность?
3. Какие наказания для несовершеннолетних преступников предусмотрены в УК РФ?
15. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. За что могут привлечь к уголовной ответственности?
  2. В каких случаях уголовная ответственность наступает с 14 лет?
  3. Какие меры воспитательного воздействия могут быть назначены несовершеннолетним?
16. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. В каких случаях нельзя привлекать к уголовной ответственности?
  2. В чем заключается выполнение обязательных работ?
  3. Что является отягчающим обстоятельством при совершении хулиганских действий?
17. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Дайте характеристику преступления небольшой тяжести.
  2. Какова продолжительность обязательных работ в день?
  3. Какие наказания предусматриваются за вандализм?
18. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Дайте характеристику преступления средней тяжести.
  2. На какой срок может быть лишен свободы несовершеннолетний?
  3. Какие наказания предусматриваются за угон автомобиля?
19. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Дайте характеристику тяжкого преступления.
  2. Где отбывают лишение свободы несовершеннолетние осужденные?
  3. Перечислите признаки хулиганства.
20. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Дайте характеристику особо тяжкого преступления.
  2. Что понимается в УК РФ под угоном автомобиля?
  3. Что понимается под явным неуважением к обществу как одним из признаков хулиганства?
21. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. В каком случае несовершеннолетнему, совершившему преступление, назначаются принудительные меры воспитательного воздействия?
  2. Какое наказание предусматривается за угон автомобиля группой лиц или с применением насилия?
  3. Что понимается под групповым хулиганством?
22. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Что может быть применено в случае систематического неисполнения несовершеннолетним принудительной меры воспитательного воздействия?
  2. Что понимается в УК РФ под хулиганством?
  3. Что считается грубым нарушением общественного порядка как одним из признаков хулиганства?
23. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. За приведение в негодность каких транспортных средств предусматривается уголовная ответственность?
  2. Что понимается под насилием?
  3. Что является признаком особо злостного хулиганства?
24. Уголовная ответственность несовершеннолетних
  1. Как в соответствии с Уголовным кодексом РФ квалифицируется угон автомобиля?
  2. Что понимается под вандализмом?
  3. Что понимается под сопротивлением представителю власти?
25. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций
  1. Что нужно делать, вы во время внезапного землетрясения оказались в доме (квартире)?
  2. Что нужно делать, если при внезапном возникновении урагана, бури, смерча вы оказались на улице?
  3. Что нужно делать, выйдя из зоны заражения химически опасными веществами?

26. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций
  1. Что нужно делать, вы во время землетрясения оказались на улице?
  2. Что нужно делать при оповещении о внезапном наводнении?
  3. Что нужно делать при оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте?
27. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций
  1. Что нужно делать при угрозе схода лавин, оползней, селей, обвалов?
  2. Что нужно делать при внезапном наводнении в случае вынужденной самоэвакуации?
  3. Что нужно делать, если вы оказались в зоне лесного пожара?
28. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций
  1. Что нужно делать, если при внезапном возникновении урагана, бури, смерча вы оказались в доме (квартире)?
  2. Что нужно делать при пожаре в здании?
  3. Что нужно делать, если вы оказались в завале и у вас нет возможности выбраться?
29. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций
  1. Что нужно делать при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ?
  2. Что нужно делать, если вы оказались в завале и получили травму (ранены)?
  3. Как вы будете действовать в лесу, где возник пожар?
30. РСЧС
  1. Как расшифровать аббревиатуру РСЧС?
  2. Дайте характеристику объектового уровня РСЧС.
  3. Каким федеральным законом определены права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС?
31. РСЧС
  1. С какой целью была создана РСЧС
  2. Какие координирующие органы управления РСЧС имеются на федеральном уровне?
  3. Какие силы и средства объединяет РСЧС?
32. РСЧС
  1. В чем заключается основное назначение РСЧС?
  2. Какие координирующие органы управления РСЧС имеются на территориальном уровне?
  3. Какие постоянно действующие органы управления РСЧС созданы на объектовом уровне?
33. РСЧС
  1. Назовите подсистемы РСЧС.
  2. Какие координирующие органы управления РСЧС имеются на региональном уровне?
  3. Перечислите основные задачи, которые решает РСЧС?
34. РСЧС
  1. Перечислите уровни РСЧС в порядке возрастания их масштабов?
  2. Какие координирующие органы управления РСЧС имеются на местном уровне?
  3. Где создаются и из чего состоят территориальные подсистемы РСЧС?
35. РСЧС
  1. Что имеет каждый уровень РСЧС?
  2. Какие постоянно действующие органы управления РСЧС созданы на региональном уровне?
  3. Кто и для решения каких задач создает функциональные подсистемы РСЧС?
36. РСЧС
  1. Дайте характеристику федерального уровня РСЧС.
  2. Какие координирующие органы управления РСЧС имеются на объектовом уровне?
  3. Из чего состоят силы и средства наблюдения и контроля РСЧС?
37. РСЧС
  1. Дайте характеристику регионального уровня РСЧС.
  2. Какие постоянно действующие органы управления РСЧС созданы на федеральном уровне?
  3. Из чего состоят силы и средства ликвидации ЧС?
38. РСЧС

1. Дайте характеристику местного уровня РСЧС.
  2. Какие постоянно действующие органы управления РСЧС созданы на территориальном уровне?
  3. Перечислите права граждан РФ в области защиты от ЧС.
39. РСЧС
1. Дайте характеристику территориального уровня РСЧС.
  2. Какие постоянно действующие органы управления РСЧС созданы на местном уровне?
  3. Перечислите обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС.
40. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности
1. Перечислите права граждан в соответствии с Федеральным законом «О пожарной безопасности».
  2. С какой целью принят Федеральный закон «Об обороне»?
  3. Что предусматривает данный закон в области обороны?
41. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности
1. Перечислите обязанности граждан в соответствии с Федеральным законом «О пожарной безопасности».
  2. С какой целью принят Федеральный закон «О гражданской обороне»?
  3. Перечислите права и обязанности граждан, определенные законом «О гражданской обороне».
42. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности
1. С какой целью принят Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»?
  2. Какие права и обязанности предусмотрены этим законом?
  3. Что определяет «Концепция о национальной безопасности РФ»?
43. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности
1. С какой целью принят Федеральный закон «О безопасности»?
  2. С какой целью принят Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»?
  3. Перечислите права и обязанности граждан, определенные законом «О безопасности дорожного движения».
44. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время
1. Что такое гражданская оборона?
  2. Назовите органы управления по делам ГО и ЧС на местном уровне.
  3. Основные этапы создания гражданской обороны в России.
45. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время
1. Какими причинами была вызвана необходимость перестройки системы защиты населения от чрезвычайных ситуаций?
  2. Назовите органы управления по делам ГО и ЧС на Объектовом уровне.
  3. Для решения каких задач предназначена гражданская оборона?
46. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время
1. Назовите органы управления по делам ГО и ЧС на федеральном уровне.
  2. К какой подсистеме РСЧС организационно относятся общеобразовательные учреждения?
  3. Какие задачи в плане предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций возложены на общеобразовательные учреждения?
47. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время
1. Назовите органы управления по делам ГО и ЧС на региональном уровне.
  2. Что создается в общеобразовательном учреждении для решения задач ГО?
  3. В чем заключается обязанности учащихся в области защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера?

48. Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время
  1. Назовите органы управления по делам ГО и ЧС на территориальном уровне.
  2. Какие документы по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций разрабатываются в общеобразовательном учреждении?
  3. Изложите примерное содержание плана действий по предупреждению и ликвидации ЧС в среднем общеобразовательном учреждении.
49. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Что понимается под ядерным оружием?
  2. Дайте характеристику способов применения биологического оружия.
  3. Назовите признаки поражения человека боевыми токсичными веществами (БТХВ) психологического действия.
50. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Что включает в себя ядерное оружие?
  2. Чем определяется эффективность биологического оружия?
  3. Дайте характеристику зон радиоактивного заражения местности.
51. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Что такое эпицентр ядерного взрыва?
  2. Перечислите внешние признаки применения биологического оружия.
  3. Назовите признаки поражения человека БТХВ нервно-паралитического действия.
52. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Перечислите виды ядерных взрывов.
  2. Перечислите способы применения биологического оружия.
  3. Назовите признаки поражения человека БТХВ кожно-нарывного действия.
53. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Перечислите поражающие факторы ядерного взрыва.
  2. Какие мероприятия проводятся в районе непосредственного применения биологического оружия для предотвращения эпидемии?
  3. Назовите признаки поражения человека БТХВ удушающего действия.
54. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Что понимается под химическим оружием?
  2. Перечислите современные средства поражения, которые относятся к обычным.
  3. Дайте характеристику кумулятивных боеприпасов.
55. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Назовите признаки применения химического оружия?
  2. Что необходимо предпринимать в случае попадания огнесмеси на одежду человека?
  3. Дайте характеристику высокоточного оружия (разведывательно-ударного комплекса).
56. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Что понимается под боевым токсичным химическим веществом (БТХВ)?
  2. Дайте характеристику воздушного ядерного взрыва.
  3. Дайте характеристику зажигательных боеприпасов.
57. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. В каком виде могут применяться БТХВ?
  2. Дайте характеристику наземного ядерного взрыва.
  3. Дайте характеристику боеприпасов объемного взрыва.
58. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Перечислите группы БТХВ по характеру воздействия на организм человека.
  2. Дайте характеристику подземного (подводного) ядерного взрыва.
  3. Дайте характеристику бетонобойных боеприпасов.
59. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Перечислите пути проникновения БТХВ в организм человека.
  2. Дайте характеристику ударной волны.
  3. Дайте характеристику осколочных боеприпасов.

60. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Какие БТХВ относятся к группе смертельного действия.
  2. Дайте характеристику светового излучения.
  3. Перечислите способы проникновения биологического оружия.
61. Современные средства поражения и их поражающие факторы
  1. Какие БТХВ относятся к группе раздражающего действия.
  2. Дайте характеристику электромагнитного импульса.
  3. Назовите признаки поражения человека ОВ общедовитого действия.
64. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Что понимается под оповещением?
  2. Чем изолирующие средства защиты кожи отличаются от фильтрующих?
  3. Для каких целей можно использовать содержимое индивидуальной аптечки АИ-2?
65. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Какие способы оповещения вы знаете?
  2. Что можно использовать в качестве простейших средств защиты кожных покровов?
  3. Какие мероприятия являются первоочередными для жизнеобеспечения населения в условиях ЧС?
66. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Назовите вспомогательные средства оповещения.
  2. Что относится к медицинским средствам защиты кожи?
  3. Когда и как проводят полную санитарную обработку?
67. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Что относится к средствам коллективной защиты?
  2. Для чего предназначены средства защиты кожи?
  3. Когда и как проводят частичную санитарную обработку?
68. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Что такое убежище?
  2. Что имеется в индивидуальной аптечке (АИ-2)?
  3. Дайте характеристику изолирующих средств защиты кожи.
69. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Что такое противорадиационное укрытие?
  2. Для чего предназначены противохимические пакеты?
  3. Опишите устройство фильтрующего противогаса.
70. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Что относится к укрытиям простейшего типа?
  2. Что такое аварийно-спасательные работы?
  3. Охарактеризуйте возможности ГП-7 по защите органов дыхания человека.
71. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. На какие группы по принципу действия делятся противогазы?
  2. Перечислите основное содержание аварийно-спасательных работ.
  3. Дайте характеристику фильтрующих средств защиты кожи.
72. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Для чего предназначены фильтрующие противогазы?
  2. Какой может быть санитарная обработка?
  3. Назовите правила пользования средствами защиты кожи.
73. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Для чего предназначены изолирующие противогазы?
  2. Опишите порядок оповещения населения средствами РСЧС.
  3. Для каких целей может использоваться содержимое индивидуальной аптечки АИ-2?
74. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Опишите принцип действия фильтрующего противогаса.
  2. Дайте характеристику убежища.

3. Опишите порядок пользования ИПП-8.
75. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Как проверить противогаз на герметичность?
  2. Дайте характеристику противорадиационного укрытия.
  3. Опишите порядок пользования ИПП-9.
76. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Чем противогаз ГП-7В отличается от противогаза ГП-7?
  2. Дайте характеристику укрытия простейшего типа.
  3. Опишите порядок пользования ИПП-10.
77. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Какие средства защиты кожи вы знаете?
  2. Перечислите основные правила поведения в убежище.
  3. Что такое санитарная обработка?
78. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время
  1. Назовите нормы, по которым рассчитывается вместимость убежища.
  2. Какие задачи решает разведка в интересах организации аварийно-спасательных работ?
  3. Какие правила необходимо соблюдать при выходе из зоны химического заражения?
79. Основы медицинских знаний
  1. Дайте определение понятия «здоровье».
  2. Перечислите группы инфекционных заболеваний.
  3. Объясните понятия «бациллоносительство» и «бациллоноситель».
80. Основы медицинских знаний
  1. Назовите составляющие здоровья.
  2. Дайте характеристику кишечных инфекций.
  3. Перечислите пути передачи инфекций.
81. Основы медицинских знаний
  1. Что понимается под духовным здоровьем?
  2. Дайте характеристику инфекций дыхательных путей.
  3. Что такое иммунитет?
82. Основы медицинских знаний
  1. Что понимается под физическим здоровьем?
  2. Охарактеризуйте зоонозные инфекции.
  3. Что такое вакцина?
83. Основы медицинских знаний
  1. Какие виды здоровья принято различать?
  2. Расскажите о контактно-бытовых инфекциях.
  3. Что такое карантин?
84. Основы медицинских знаний
  1. Что понимается под индивидуальным здоровьем?
  2. Дайте характеристику кровяных инфекций.
  3. В чем заключается помощь больным при ботулизме?
85. Основы медицинских знаний
  1. Что понимается под общественным здоровьем?
  2. Какие периоды прослеживаются в развитии инфекционных заболеваний?
  3. В чем заключается помощь больным при пищевых токсикоинфекциях?
86. Основы медицинских знаний
  1. По каким критериям принято оценивать здоровье человека?
  2. Дайте характеристику инкубационного периода развития болезни.
  3. Какие профилактические меры надо предпринимать при заболевании гриппом?
87. Основы медицинских знаний
  1. Перечислите основные факторы воздействия внешней среды на здоровье человека.
  2. Что называется эпидемией?

3. В чем проявляется влияние здоровья на жизнедеятельность человека?
88. Основы медицинских знаний
1. Назовите основные источники отрицательного воздействия на здоровье человека.
  2. Что называется пандемией?
  3. В чем проявляется физическое воздействие внешней среды на организм человека?
89. Основы медицинских знаний
1. Перечислите виды микроорганизмов, влияющих на организм человека.
  2. Что такое иммунитет?
  3. В чем проявляется воздействие химических факторов на здоровье человека?
90. Основы медицинских знаний
1. Что положено в основу классификации инфекционных болезней?
  2. Что такое антигены и антитела?
  3. В чем проявляется воздействие социальных факторов на здоровье человека?
91. Основы медицинских знаний
1. Назовите источники инфекционных заболеваний?
  2. В чем проявляется воздействие факторов психологического характера на здоровье человека?
  3. Дайте характеристику микроорганизмов, влияющих на организм человека.
92. Основы медицинских знаний
1. В чем проявляется воздействие биологических факторов на здоровье человека?
  2. Какое значение приобретает укрепление здоровья в современном обществе?
  3. Какие правила надо соблюдать для предотвращения распространения инфекции?
93. Основы медицинских знаний
1. Расскажите о признаках инфекционных заболеваний.
  2. Расскажите об иммунитете и его разновидностях с биологической точки зрения.
  3. Что называется профилактикой инфекционных заболеваний?
94. Основы медицинских знаний
1. Что понимается под здоровым образом жизни?
  2. Каким целям служат анаэробные упражнения?
  3. Что такое наркомания и токсикомания и что между ними общего?
95. Основы здорового образа жизни
1. От чего зависит образ жизни человека?
  2. Каким целям служат аэробные упражнения?
  3. Назовите признаки наркотического отравления.
96. Основы здорового образа жизни
1. Перечислите составляющие здорового образа жизни.
  2. Для чего нужно закаливание организма?
  3. Назовите признаки отравления лекарственными препаратами?
97. Основы здорового образа жизни
1. В чем проявляется умственное утомление?
  2. Что понимается под общим и местным закаливанием?
  3. Порядок оказания первой помощи при наркотическом отравлении.
98. Основы здорового образа жизни
1. Назовите признаки переутомления.
  2. Какие природные факторы человек использует для закаливания?
  3. Порядок оказания первой помощи при отравлении лекарственными препаратами.
99. Основы здорового образа жизни
1. Назовите основополагающие принципы режима труда и отдыха.
  2. Какие вредные привычки вы знаете? Дайте их характеристику.
  3. Дайте характеристику первой стадии развития алкоголизма.
100. Основы здорового образа жизни
1. Какое время суток наиболее благоприятно для любой работы?
  2. Перечислите наиболее опасные вещества, которые содержит табачный дым.

3. Дайте характеристику вторичного влечения как стадии развития алкоголизма.
101. Основы здорового образа жизни
1. В какие часы у человека отмечается наиболее высокий уровень работоспособности?
  2. Перечислите стадии никотиновой зависимости и дайте их краткую характеристику.
  3. Какие упражнения служат для развития гибкости?
102. Основы здорового образа жизни
1. Что понимается под активным отдыхом?
  2. Что такое пассивное курение?
  3. Что дает организму регулярное закаливание?
103. Основы здорового образа жизни
1. Почему сон играет важную роль в жизни человека?
  2. В чем заключается вред пассивного курения?
  3. Расскажите, как используются для закаливания воздух.
104. Основы здорового образа жизни
1. Что способствует быстрому и глубокому сну?
  2. Как алкоголь действует на клетки головного мозга?
  3. Расскажите, как используются для закаливания вода.
105. Основы здорового образа жизни
1. Как можно облегчить переход от сна к бодрствованию?
  2. Сколько клеток головного мозга погибает от употребления 100 г водки?
  3. Расскажите, как используется для закаливания солнце.
106. Основы здорового образа жизни
1. Что такое двигательная активность?
  2. Перечислите органы человека, на которые пагубно воздействует алкоголь.
  3. В чем проявляется вредное воздействие табачного дыма?
107. Основы здорового образа жизни
1. Перечислите основные составляющие тренированности организма человека.
  2. Какое количество спирта утилизируется в организме человека за 1 час?
  3. Расскажите о неблагоприятном воздействии курения на женский организм.
108. Основы здорового образа жизни
1. Что понимается под сердечно-дыхательной выносливостью?
  2. Назовите степени алкогольного опьянения.
  3. Назовите советы по предотвращению влечения к табаку.
109. Основы здорового образа жизни
1. Что такое мышечная сила?
  2. Что понимается под пьянством?
  3. К каким последствиям может привести воздействие алкоголя на головной мозг?
110. Основы здорового образа жизни
1. Что такое мышечная выносливость?
  2. О чем свидетельствует исчезновение рвотного рефлекса?
  3. Как алкоголь воздействует на организм?
111. Основы здорового образа жизни
1. Что понимается под скоростными качествами человека?
  2. Что понимается под похмельным синдромом?
  3. Как алкоголь воздействует на печень?
112. Основы здорового образа жизни
1. Для чего человеку надо развивать скоростные качества?
  2. В чем проявляется патологическое влечение к алкоголю?
  3. Какие мотивы в поведении человека определяют его отношение к здоровью?
113. Основы здорового образа жизни
1. Для чего человеку надо развивать гибкость тела?
  2. Дайте характеристику легкой формы алкогольного опьянения.

3. Дайте характеристику составляющих здорового образа жизни.
114. Основы здорового образа жизни
1. Дайте характеристику тяжелой формы алкогольного опьянения.
  2. Режим труда и отдыха – важное средство профилактики переутомления.
  3. В чем заключается причина быстрого привыкания организма человека к наркотикам?
115. Основы здорового образа жизни
1. Дайте характеристику формы алкогольного опьянения средней тяжести.
  2. Роль и место активного отдыха в здоровом образе жизни человека.
  3. С чем связано развитие физической зависимости организма человека от наркотиков?
116. Основы здорового образа жизни
1. Дайте характеристику «алкогольного характера».
  2. Роль и значение сна в здоровом образе жизни человека.
  3. Дайте характеристику толерантности.
117. Основы здорового образа жизни
1. Назовите признаки алкогольного отравления.
  2. Какими правилами надо руководствоваться для того, чтобы сон был полноценным?
  3. Дайте характеристику активности.
118. Основы здорового образа жизни
1. Как надо оказывать помощь при алкогольном опьянении?
  2. В чем проявляется влияние на организм физической нагрузки?
  3. Оптимальный баланс умственной и физической нагрузки на организм человека.
119. Основы здорового образа жизни
1. Что такое наркомания и токсикомания, и какая между ними разница?
  2. Какое влияние оказывает физическая нагрузка на сердечно-дыхательную выносливость организма человека?
  3. Рациональное питание и его место в здоровом образе жизни.
120. Основы здорового образа жизни
1. Назовите основные признаки наркомании и токсикомании.
  2. Расскажите об упражнениях, развивающих мышечную силу и выносливость.
  3. В чем проявляется социальная деградация у человека, злоупотребляющего алкоголем?
121. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. Что составляло основу вооруженных сил русских земель в XIV в.?
  2. Что понимается под автономностью сил Военно-Морского Флота РФ?
  3. Из чего состоят ВВС РФ?
122. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. Что стало главной военной силой Московского княжества в XV в.?
  2. Какие рода ВМФ являются главными?
  3. Для чего предназначены ВДВ?
123. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. Из чего в основном состояло вооружение воинов в XV в.?
  2. Из каких флотов и флотилий организационно состоит ВМФ РФ?
  3. Что входит в состав Тыла ВС РФ?
124. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. Когда появились первые пушки и пищали в России?
  2. Какой год и почему является годом рождения ВМФ России?
  3. Для чего предназначены инженерные войска?
125. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. Кто является создателем регулярной русской армии?
  2. Назовите основные боевые свойства воздушно-десантных войск.
  3. Что входит в состав ВМФ РФ в настоящее время?
126. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
1. При каком царе был создан военно-морской флот России?

2. Какой день и почему считается днем рождения ВДВ?
3. Для чего предназначены войска связи?
127. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. В результате каких реформ рекрутскую повинность заменили всеобщей воинской повинностью?
  2. Для чего предназначен Тыл ВС РФ?
  3. Для чего предназначены Войска радиационной, химической и биологической защиты?
128. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Когда в России была введена система военных округов?
  2. Чем располагает Тыл ВС РФ для решения возлагаемых на него задач?
  3. Какие боевые возможности характеризуют РВСН?
129. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Когда были образованы ВС РФ?
  2. Для чего предназначены специальные войска?
  3. Перечислите основные этапы становления ВС РФ.
130. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Чем обусловлены военные реформы, проводимые в РФ в настоящее время?
  2. Какие специальные войска вы знаете?
  3. В чем заключалась военная реформа Ивана IV?
131. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Что понимается под ВС государства?
  2. Для решения каких задач были созданы Ракетные войска стратегического назначения?
  3. С какой целью проводились Петром I военные реформы?
132. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Что включают в себя ВС РФ?
  2. Когда были созданы Ракетные войска стратегического назначения?
  3. Что вызвало необходимость военных реформ в России во второй половине XIX в.?
133. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Для чего предназначены СВ ВС РФ?
  2. Что такое обороноспособность государства?
  3. На что были направлены военные реформы в России в 1905 – 1912 гг.?
134. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Какие рода войск входят в состав СВ ВС РФ?
  2. Из чего складывается обороноспособность государства?
  3. Для чего предназначены и из чего состоят мотострелковые войска?
135. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Что составило основу армии в эпоху рабовладельческого строя?
  2. Что понимается под обороной?
  3. Какие боевые возможности характеризуют РВСН?
136. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. В каком государстве древнего мира была наиболее развита тактика и организация сухопутных войск?
  2. Что привлекается к обороне РФ?
  3. Назовите основные функции системы безопасности.
137. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Появление какого оружия внесло существенное изменение в тактику сухопутных войск всех армий мира?
  2. Что понимается под безопасностью?
  3. Дайте характеристику основных направлений военной реформы в ВС РФ?
138. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. В каком веке сухопутные войска разных стран мира стали однотипны по организационной структуре?

2. Что включают в себя силы обеспечения безопасности?
3. Какие задачи в области обороны страны возложены на другие войска, не входящие в состав ВС РФ?
139. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Какие войска составляют основу вооруженных сил большинства стран мира к началу Первой мировой войны?
  2. Для чего предназначены ВС РФ?
  3. Для чего предназначены и из чего состоят танковые войска?
140. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Какие рода войск появились в составе Сухопутных войск в последнее время?
  2. Что составляет основу обороны РФ?
  3. Для чего предназначены и из чего состоят ракетные войска и артиллерия?
141. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Кого из русских ученых считают основоположниками воздухоплавания?
  2. Назовите конечную цель военной реформы, которая проводится в настоящее время в ВС РФ.
  3. Для чего предназначены и из чего состоят Войска ПВО?
142. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Когда был совершен первый успешный полет самолета?
  2. Выполнение каких крупных программ предусматривает проводимая в настоящее время в ВС РФ военная реформа?
  3. Для чего предназначена и из чего состоит армейская авиация?
143. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. С какими скоростями и на каких высотах летали самолеты в Первую мировую войну?
  2. Что такое военная служба?
  3. Для решения каких задач предназначены ВВС?
144. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники Отечества
  1. Какие изменения в авиации произошли после Второй мировой войны?
  2. Перечислите, какие силы могут привлекаться совместно с ВС РФ к обороне страны.
  3. Для решения каких задач предназначен ВМФ?
145. Боевые традиции Вооруженных Сил России
  1. Что понимается под боевой традицией в ВС РФ?
  2. Что понимается под воинской доблестью? Приведите пример.
  3. Назовите типы внутриколлективных отношений в воинском коллективе?
146. Боевые традиции Вооруженных Сил России
  1. Перечислите основные боевые традиции ВС РФ.
  2. Что понимается под воинской честью? Приведите пример.
  3. Дайте характеристику воинского коллектива в целом.
147. Боевые традиции Вооруженных Сил России
  1. Что понимается под героизмом? Приведите пример.
  2. Что такое воинский коллектив?
  3. Дайте развернутую характеристику понятия «воинский долг».
148. Боевые традиции Вооруженных Сил России
  1. Что понимается под мужеством? Приведите пример.
  2. Что такое воинское товарищество?
  3. Дайте характеристику воинского коллектива в зависимости от состояния внутриколлективных отношений.
149. Символы воинской чести
  1. Что такое Боевое Знамя?
  2. Какие государственные награды РФ вы знаете?
  3. Расскажите о ритуале вручения военнослужащим вооружения и военной техники.
150. Символы воинской чести
  1. Где должно находиться Боевое Знамя?

2. За что присваивается звание Героя РФ?
  3. Расскажите о ритуале приведения к военной присяге.
151. Символы воинской чести
1. Как хранится Боевое Знамя в воинской части?
  2. Зато понимается под боевым ритуалом?
  3. Расскажите о ритуале вручения Боевого Знамени воинской части.
152. Символы воинской чести
1. Чем является орден, медаль?
  2. Назовите воинские ритуалы боевой деятельности.
  3. Расскажите о ритуале проводов военнослужащих в запас.
153. Символы воинской чести
1. Когда и кем были впервые учреждены в России медали?
  2. Назовите воинские ритуалы учебно-боевой деятельности.
  3. Какие занятия проводятся с военнослужащими перед вручением им вооружения и военной техники?
154. Символы воинской чести
1. Когда и кем были учреждены государственные награды в РФ?
  2. Назовите воинские ритуалы повседневной деятельности.
  3. Что такое военная присяга?

## **Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### **Основная литература**

Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – М.: Дрофа, 2007.

### **Дополнительная литература:**

Учебник для 10 класса / Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2012 г.

Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5 – 11 классы / [А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.]; под общ. Ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2010.

Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты, практические задания. 10 – 11 классы : учебное пособие / А.В. Ключев, – Ростов н/Д : Легион, 2011.

Тематическое и поурочное планирование по ОБЖ : 10-й класс : к учебнику М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс» под ред. Ю.Л. Воробьева / Ю.П. Подолян. – М.: АСТ; Астрель, 2008.

Тесты по основам безопасности жизнедеятельности: 10 – 11 классы / С.К. Миронов, В.К. Миронов, А. Карташова, – М.: Издательство «Экзамен», 2011.

Мультимедийные пособия в помощь преподавателю – организатору ОБЖ  
CD-ROM: библиотека электронных наглядных пособий ОБЖ – 5 – 11 классы.  
Минобразование РФ. РЦЭМГО «Кирилл и Мефодий», 2003

### **Сайты в помощь преподавателю-организатору ОБЖ**

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru/">http://www.mvd.ru/</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://www.ed.gov.ru">http://www.ed.gov.ru</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>

Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Департамент образования, культуры и молодёжной политики Белгородской области	<a href="http://www.beluno.ru">http://www.beluno.ru</a>
Белгородский региональный институт ПКППС	<a href="http://ipkps.bsu.edu.ru/">http://ipkps.bsu.edu.ru/</a>
Академия повышения квалификации работников образования	<a href="http://www.apkro.ru">http://www.apkro.ru</a>
Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>
Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>
Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дом «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru/">http://festival.1september.ru/</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net/">http://www.opasno.net/</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redut-7.ru/">http://personal-safety.redut-7.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/">http://www.alleng.ru/</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru/">http://www.econavt-catalog.ru/</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности	// <a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>

## Материально-техническое обеспечение

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Дидактическое описание	Техническая характеристика	Состав комплекта	Количество на класс 25 учащихся	
					Необходимое количество	Процент обеспеченности
<b>ПРИБОРЫ ЛАБОРАТОРНЫЕ</b>						
1	Комплект принадлежности для оказания первой медицинской помощи	Используется для приобретения и закрепления навыков оказания первой медицинской помощи. Применяется при проведении практических занятий	Комплект представляет собой удобный пластиковый саквояж и содержит в себе набор лекарственных средств и изделий медицинского назначения («ГАЛО» или другая модификация)	Имитатор ранений, перевязочный материал, йод, медицинские жгуты, перекись водорода	3	30
2	Комплект принадлежности, обеспечивающий безопасное пребывание человека в природных условиях	Применяются на практических занятиях	Комплект представляет собой удобный пластиковый контейнер и содержит в себе набор приборов пространственной и временной ориентации	Компасы, часы со стрелочной индикацией	3	30

3	Комплект шин складных средний (для руки и ноги)	Применяются на практических занятиях	Комплект представляет собой металлические гибкие пластины для фиксации суставов		1	-
4	Противогаз детский	Для практического знакомства с устройством и правилами использования противогаза	Обеспечивает защиту органов дыхания, глаз и лица человека от отравляющих и радиоактивных веществ в виде паров и аэрозолей, бактериальных (биологических) средств, присутствующих в воздухе.	Противогазовая коробка и лицевая часть (шлем-маска). Коробка с незапотевающими пленками и сумка.	15	100
5	Противогаз взрослый	Для практического знакомства с устройством и правилами использования противогаза	Обеспечивает защиту органов дыхания, глаз и лица человека от отравляющих и радиоактивных веществ в виде паров и аэрозолей, бактериальных (биологических) средств, присутствующих в воздухе.	Противогазовая коробка и лицевая часть (шлем-маска). Коробка с незапотевающими пленками и сумка.		
6	Общевойсковой защитный плащ	Для практического знакомства с устройством и правилами использования общевойскового защитного плаща	Обеспечивает защиту органов дыхания, глаз и лица человека от отравляющих и радиоактивных веществ в виде паров и аэрозолей, бактериальных (биологических) средств, присутствующих в воздухе.		3	100
7	Массогабаритный макет автомата Калашникова	Для практического знакомства с устройством и правилами использования макета автомата			1	-

**ПРИБОРЫ ДЕМОНСТРАЦИОННЫЕ**

8	Прибор радиационной разведки	Используется для ознакомления с конструкцией прибора и способами его применения	Диапазон измерений прибора по гамма-излучению от 0,05 мР/ч до 200 Р/ч. Имеет звуковую сигнализацию.	Воспринимающее, усилительное и измерительное устройства, блок питания и источники питания		
9	Прибор химической разведки	Ознакомление с конструкцией прибора и способами его применения	Служит для обнаружения отравляющих веществ: зорина, зомана, У-газов, фосгена, цианистого водорода, мышьяковистого водорода, сероводорода, хлорциана, окислов азота, хлорпикрина, хлора, фтористого водорода, фосфорсодержащих пестицидов.	Металлический корпус с крышкой, ручной насос, бумажные кассеты с индикаторными трубками для обнаружения и определения отравляющих веществ		
<b>ПЕЧАТНЫЕ ПОСОБИЯ</b>						
10	Комплекты таблиц демонстрационных по ОБЖ	Демонстрационная таблица представляет собой набор взаимосвязанных рисунков, схем, диаграмм, дающий наглядное представление о рассматриваемом объекте, явлении или процессе. Служит для обеспечения наглядности при изучении материала, обобщения и повторения. Может быть использована при подготовке иллюстративного материала к докладу или реферату.	В печатной и цифровой форме. Печатный вариант может быть как односторонним, так и двухсторонним. Печатные пособия должны отвечать нормативам СанПиН 2.2.2/2.4.340-03 и ОСТ 29.106-90, а также требованиям: должны быть изготовлены из прочного, пожароустойчивого материала, пригодного для длительной эксплуатации и хранения (бумага офсет не менее 150 г/м <sup>2</sup> с защитной ламинацией или винил); иметь необходимые приспособления	Комплект таблиц демонстрационных для соответствующих тем учебников по предмету, имеющих гриф Министерства образования РФ. Документация по работе с программой.	1	100

			<p>для крепления на вертикальной поверхности; поверхность, которая независимо от яркости и направленности освещения, не должна давать блики и искажения изображения; размер демонстрируемого изображения не может быть менее 100x70 см; красочность 4+4 (полноцвет); тексты и изображения на пособии должны читаться с расстояния не менее 6 метров под углом до 40 градусов. Цифровое изображение растровое или векторное с разрешением не меньше 150 dpi в одном из распространенных форматов (jpg, gif, png, pdf).</p>			
--	--	--	---	--	--	--

**СРЕДСТВА ИНФОРМАЦИОННЫХ И КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

11	Портативный компьютер учителя	Используется учителем для разработки учебных материалов (текстовых, мультимедийных, дистанционных и др.), поиска информации в Интернете, оперативной коммуникации с учащимися по локальным и глобальным сетям, оперативного контроля за работой учащихся на уроке, технической поддержки при изложении материалов урока.	Ноутбук с поддержкой технологии Plug & Play. Поддержка технологии энергосбережения на программно-аппаратном уровне. Системный блок, монитор, клавиатура, координатно-указательное устройство должны составлять единый портативный конструктивный элемент. Масса компьютера с батареей не должна превышать 2,4 кг.		1	100
----	-------------------------------	--	---	--	---	-----

			<p>Время функционирования от батареи при полной ее зарядке должно составлять до 6 часов. Двухъядерный процессор с тактовой частотой не менее 2.0ГГц и кэш-памятью 2-го уровня не менее 4 Мб. Интегрированный графический процессор, встроенная интернет-камера. Объем ОЗУ - не менее 1 Гб с возможностью расширения до 2 Гб. Жесткий диск объемом не менее 120 Гб, встроенный привод DVD-RW/CD-RW, не менее двух USB 2.0 портов, не менее одного 6-ти контактного порта IEEE 1394, порт для подключения внешнего монитора или мультимедиа проектора. Размер экрана - не менее 13 дюймов по диагонали с разрешением 1280x800. Встроенная акустическая система, встроенный микрофон, возможность подключения наушников.</p>			
12	Мультимедиа проектор	Используется учителем для вывода на экран мультимедийных материалов по теме урока, для демонстрации видеофильмов, презентаций или других	Яркость не менее 2000 ANSI лм, разрешение не хуже 1,024x768, контрастность 500:1, коррекция трапеции вертикальная +30 / -30, проекционное расстояние 1 – 9		1	100

		визуальных материалов учащихся,	м, уровень шума: не более 29 Дб, пульт ДУ, запасная лампа.			
	Интерактивный комплект	Интерактивное устройство для записи содержимого аудиторной доски в компьютер, превращающее обычную маркерную доску в интерактивную. Предназначена для объяснения нового материала в интерактивном режиме, контроля работы учащихся, проведения видеоконференций.	Устройство ввода должно позволять оцифровывать и передавать в настольный компьютер или ноутбук записи и рисунки, сделанные вручную на маркерной доске. Возможность сохранения файлов в распространенных форматах. Размер рабочей поверхности до 120/240 см. Функции устройства ввода: "захват" текстов и картинок в режиме реального времени и вывод их на экран; регистрация операций записи и стирания; возможность работать в режиме конференции.		1	-
13	Акустическая система	Предназначена для воспроизведения звука при фронтальной работе с классом	Активная акустическая система Материал корпуса – дерево Наличие магнитного экранирования Отношение сигнал/шум: не ниже 75 дБ Полоса пропускания колонок: 40 Гц - 18 КГц Тип разъема для подключения к источнику сигнала: 3,5 мм миниджек		1	-

14	Сетевой фильтр-удлиннитель	Предназначен для подключения компьютерной и оргтехники чувствительной к нестабильности сетевого напряжения.	Длина кабеля не менее 5м, должен иметь не менее 5 розеток евростандарта.		1	100
	Флеш-память	Предназначена для хранения информации и обмена файлами.	Емкость не менее 512 Мб, USB 2.0		1	-

### ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ - ИНСТРУМЕНТЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

15	Программное обеспечение для компьютера учителя	Используется учителем для разработки учебных материалов (текстовых, мультимедийных, дистанционных и др.); поиска информации в Интернете; оперативной коммуникации с учащимися по локальным и глобальным сетям; оперативного контроля за работой учащихся на уроке; технической поддержки при изложении материалов урока.	Поддержка основных форматов текстовых, аудио, видеофайлов, а также изображений, презентаций, электронных таблиц	Операционная система. Редакторы текста, электронных таблиц, презентаций с встроенной проверкой орфографии (совместимые с MS Office). Броузер. Антивирус с лицензией обновления антивирусных баз на год. Почтовый клиент. Программа для просмотра изображений. Проигрыватель аудио и видеофайлов (включая DVD и mp3). Программы для редактирования изображений и видео. Программа для создания и просмотра архивированных файлов формата ZIP и RAR. Программа для записи	1	100
----	--	--	---	---	---	-----

				CD и DVD-дисков. Программа для просмотра PDF-файлов.		
<b>ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ - ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ</b>						
16	Учебно-методические комплекты по ОБЖ	УМК, имеющие рекомендацию Министерства образования РФ, и предоставленные правообладателем для свободного использования их содержания в цифровой форме в системе общего образования РФ. Предназначены для использования материалов (текстов и изображений) учителем и учащимися в процессе самостоятельной работы.	Цифровые копии пособий представлены в открытом формате с возможностью копирования текстов и изображений, добавления разметки (гиперссылок на другие информационные объекты)	По одному цифровому экземпляру каждого пособия, входящего в комплект и по два экземпляра в форме печатного издания	1	100
17	Видеозаписи по ОБЖ	Используются в качестве иллюстраций к уроку, при подготовке докладов и в самостоятельной работе учащихся. Позволяют продемонстрировать динамику реальных процессов	В цифровом виде Форматы: avi, mpeg, wmv, flv, mov Удобная система навигации	Видеозаписи (фрагменты и полнометражные фильмы), иллюстрирующие процессы и явления, упоминаемые в учебниках по предмету, имеющих гриф Министерства образования	1	
18	Иллюстративные материалы по ОБЖ	Дают наглядное представление об изучаемых объектах. Используются в качестве иллюстраций к уроку, при	Представлены в виде растровых или векторных цифровых изображений в распространенных форматах	Цифровые изображения для объектов, упоминаемых в учебниках по предмету,	1	-

		выполнении домашних или самостоятельных работ, при подготовке рефератов, докладов.	(gif, jpg, png, tiff, rtf, wmf, doc, swf).	имеющих гриф Министерства образования		
19	Банки тестовых заданий по ОБЖ	Представляют собой базу данных тестовых заданий всех уровней подготовки по предмету. Позволяет проводить автоматическую оценку уровня готовности обучающегося. Могут быть использованы учащимся для подготовки к аттестации.	Цифровые ресурсы, допускающие работу, как на локальном компьютере, так и по сети. Обеспечивают авторизацию пользователей, хранение и конфиденциальность информации о результатах тестирования. Имеют дружественную пользователю систему представления полной документации по работе с программой в режиме Справки, а также систему простых визуальных подсказок.	Банки тестовых заданий для соответствующих тем учебников по предмету, имеющих гриф Министерства образования РФ	1	-
<b>ДОСКИ УЧЕБНЫЕ</b>						
20	Доска маркерная	Предназначена для записи поясняющего материала при объяснении нового материала и демонстрации работы учащихся.	Размер 120x240 см. Доска из стали с прочным эмалевым антибликовым покрытием, устойчивая к царапанию и стиранию.		1	100

