

Муниципальное бюджетное образовательное  
учреждение средняя общеобразовательная школа № 8

СОГЛАСОВАНО: Председатель МС

Т.В. Черданцева  
Т.В. Черданцева  
Протокол №1 от 28.08 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:

и.о. директора МБОУ СОШ №8  
Т.В. Черданцева  
Приказ № 24 от 31.08 2020 г.

# Рабочая программа

Предмет: **ОБЖ**

Класс: 11

Учебный год: 2020-2021 г.г.

Учитель: Устименко Сергей Александрович

г. Новочеркасск

2020г.

## **Пояснительная записка к программе по ОБЖ для 11 класса на 2020-2021 учебный год.**

Рабочая программа составлена на основании комплексной программы по «Основам безопасности жизнедеятельности для 5-11 классов» (основная школа, средняя (полная школа): под общей редакцией Смирнова А.Т., Хренникова Б.О, М.:Просвещение, 2009 , соответствующей федеральному компоненту Государственного образовательного стандарта (утвержден приказом Минобразования РФ №1089 от 05 марта 2004 года) и Федеральному базисному учебному плану (утвержден приказом Минобразования РФ № 1312 от 09 марта 2004 года), 4-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2007

Программа для 11-х классов предназначена для углубленного изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

Изучение «Основ безопасности жизнедеятельности» в 11-х классах предусмотрено Федеральным базисным учебным планом для общеобразовательных учреждений Российской Федерации в объеме 34 ч (из расчета по 1 ч в неделю).

В курсе ОБЖ для 11 классе завершается обучение учащихся правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. В соответствии с Федеральным законом "О воинской обязанности военной службе" письмом Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации от 14 07 98 г №1133/14-12 в программу курса ОБЖ для обучающихся 11 классе введен раздел "Основы военной службы" Раздел Основы военной службы" органически связан с другими разделами курса и направлен прежде всего на подготовку подрастающего поколения к службе в Вооруженных Силах, выполнению конституционного долга по защите Отечества, патриотическое (военно - патриотическое воспитание) старшеклассников.

В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства, их организационной структуре, функции и основных боевых задачах, об основных воинских обязанностях. В программе реализованы требования Федеральных законов "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", "О гражданской обороне", "О защите населения территории от чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера" и постановлений Правительства Российской Федерации от 19 января 1995 года № 43 "О федеральной целевой программе "Создание развитие Российской системы предупреждения действий в чрезвычайных ситуациях", от 24 июля 1995 года № 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций"

Преподавание курса ОБЖ в 11 классе проводит преподаватель-организатор курса ОБЖ. Занятия по отдельной программе с девушками рекомендуется проводить учителям биологии или специалистам, имеющим медицинское образование. В аттестат о среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется итоговая отметка по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности". Настоящая программа является основой для разработки рабочей программы курса ОБЖ общеобразовательных учреждений.

Данная примерная программа курса ОБЖ для обучающихся в 10-11 классах общеобразовательных учреждений разработана авторским коллективом в составе: А.Т.Смирнов, В.А.Васнев, Б.И.Мишин

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 11 классе направлено на достижение следующих целей:

- 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.

Раздел I «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи. Раздел состоит из четырех тем.

Раздел II «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из семи тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, ознакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

**- методы и формы обучения:**

- Для организации познавательной деятельности учащихся на уроках ОБЖ целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения. *Перцептивные: (словесные, наглядные, практические)* рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.
- *Логические: (индуктивные и дедуктивные)* логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситуации).
- *Гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский.* (Реферат. Доклад. Проектное задание)
- *Кибернетический: управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью.*
- *Контроля и самоконтроля (устный, письменный).*
- *Стимулирования и мотивации.*
- *Самостоятельной учебной деятельности.*
- *Фронтальная форма* обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний учениками.
- *Групповая форма* обеспечивает учёт дифференцированных запросов учащихся.
- *Индивидуальная работа* в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого ученика.

**- предполагаемые результаты:**

В результате учебного процесса учащиеся получают весь комплекс знаний умений и навыков запланированного учебного процесса;

**- общая характеристика учебного процесса: методы, формы обучения и режим занятий**

В учебном процессе используются методы рассказа, показа, тренировок при изучении тем практической направленности. Информационная тематика предполагает большее использование на занятиях анализа ситуаций, объяснительно-репродуктивной, информационно поисковой, исследовательской деятельности учащихся.

**- логические связи данного предмета с остальными предметами (разделами) учебного (образовательного) плана;**

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь: физкультура-ЗОЖ; история-ОБС; биология-ЗОЖ, оказание ПМП; география-выживание в природе, химия-опасные в-ва, экологическая безопасность; физика-природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

**- система оценки достижений учащихся;**

Деятельность учащихся на уроках ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят посильный развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.

**- инструментарий для оценивания результатов;**

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности – главная составляющая учебного процесса.

### **Содержание учебной программы ОБЖ для 11 класса.**

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

##### **1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Основы здорового образа жизни. Правила личной гигиены и здоровье. Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма. 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. Семья в современном обществе. Законодательство о семье Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей. Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. 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.

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

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью. Первая медицинская помощь при травмах. 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. 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.

## **II. Основы воинской службы.**

### **3. Воинская обязанность.**

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

### **4. Особенности военной службы**

Правовые основы военной службы, Конституция РФ, Федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Военная служба — особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного права. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воинской жизни  
Общевоинские уставы — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения. 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. 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 ВС РФ. Военная форма одежды. 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. 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.).

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

Военнослужащий — патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить свое воинское звание — защитника 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. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой

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.

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил РФ.

**8. ВУЗы Вооруженных сил.** Виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ.

Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ. Участие Вооруженных Сил РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях.

Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента.

На изучение программы по «Основам безопасности жизнедеятельности для 5-11 классов» в 11 классе согласно Учебному плану МБОУСОШ №8 на 2020-2020 учебный год отводится 1 часа в неделю, что составляет 34 часов в год в соответствии с календарным учебным графиком школы. На реализацию программы по физической культуре в 11 классе запланировано 34 часов (календарное тематическое планирование предмета составлено с учетом государственных праздничных дней, определенных Правительством РФ).

I полугодие – 16 часов

II полугодие - 18 часов

Учебно-тематическое план для 11 класса.

№ модуля, раздела, темы	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов	Количество часов	
			теоретические	практические
	<i>Основы комплексной безопасности</i>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	<b>3</b>	1	1
	<i>Основы здорового образа жизни</i>	<b>3</b>	1	1
	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	<b>6</b>	4	1
	<i>Основы обороны государства</i>	<b>10</b>	8	1
	<i>Основы военной службы</i>	<b>9</b>	7	1
	<b>Всего часов</b>	34		

**К концу года обучения учащиеся должны:**

**Знать:** требования воинской дисциплины, обязанности солдата, дневального, обязанности солдата перед построением и в строю, назначение, боевые свойства, общее устройство винтовки, автомата, правила стрельбы из стрелкового оружия, порядок проведения стрельб и требования безопасности при стрельбе. Обязанности солдата в бою, организацию мотострелкового отделения и основы боевых действий. Историю развития оружия массового поражения, сигналы оповещения ГО. Способы измерения расстояний, способы определения сторон горизонта. Правила наложения стерильных повязок, что такое раны и их классификация, правила выполнения процедур по уходу за ранеными.

**Уметь:** обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдавании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Готовить оружие и боеприпасы к стрельбе, вести меткий огонь из пневматической винтовки. Правильно передвигаться на поле боя. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, совершать движение по азимуту. Оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении.

**КАЛЕНДАРНО ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОБЖ  
В 11 классе на 2020-2021 учебный год**

№ уро ка	Разделы, темы	Количество часов	Класс	Дата	
				предполагаемая	По факту
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожарная безопасность. Правила при пожаре	1	11	03.09.2020	
2	Обеспечение личной безопасности на водоемах.	1	11	10.09.2020	
3	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	1	11	17.09.2020	
4	Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом	1	11	24.09.2020	
5	Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом. Государственная политика противодействия наркотизму.	1	11	01.10.2020	
6	Контртеррористическая операция и условия ее проведения. Правила поведения при угрозе террористического акта(ситуационные задачи)	1	11	08.10.2020	
7	Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье.	1	11	15.10.2020	
8	Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о Вич-инфекции. Меры профилактики	1	11	22.10.2020	
9	Семья в современном обществе.	1	11	29.10.2020	
10	ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	11	12.11.2020	
11	ПМП при ранениях	1	11	19.11.2020	
12	Основные правила оказания ПМП. Правила остановки артериального кровотечения	1	11	26.11.2020	

№ уро ка	Разделы, темы	Количество часов	Класс	Дата	
				предполагаемая	По факту
13	Способы мобилизации и переноски пострадавшего.	1	11	03.12.2020	
14	ПМП при различных травмах	1	11	10.12.2020	
15	ПМП при остановке сердца	1	11	17.12.2020	
16	Функции и основные задачи современных ВСРФ	1	11	24.12.2020	
17	Применение ВСРФ и борьбе с терроризмом	1	11	14.01.2021	
19	Международная деятельность ВСРФ	1	11	21.01.2021	
19	Боевое Знамя воинской части – символ воинской части, достоинства и славы	1	11	28.01.2021	
20	Ордена – почетные награды за воинские отличия	1	11	04.02.2021	
21	Военная форма одежды	1	11	11.02.2021	
22	Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Постановка на учет. Обязанности граждан к военной службе.	1	11	18.02.2021	
23	Обязательная подготовка граждан к военной службе	1	11	25.02.2021	
24	Требования к индивидуальным качествам специалистов по сходным воинским должностям.	1	11	04.03.2021	
25	Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учет	1	11	11.03.2021	
26	Увольнение с военной службы	1	11	18.03.2021	

№ уро ка	Разделы, темы	Количество часов	Класс	Дата	
				предполагаемая	По факту
27	Уставы	1	11	01.04.2021	
28	Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества. Честь и достоинство воина ВСРФ.	1	11	08.04.2021	
29	Ритуалы ВСРФ	1	11	15.04.2021	
30	Прохождение военной службы п призыву	1	11	22.04.2021	
31	Особенности военной службы по контракту	1	11	29.04.2021	
32	Альтернативная гражданская служба	1	11	06.05.2021	
33	Размещение и быт военнослужащих	1	11	13.05.2021	
34	Проверочная работа	1	11	20.05.2021	

### Список литературы

*Для обучения используется учебно-методический комплект, который включает в себя:*

- Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «просвещение»2008-2008 г.
- Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;

## Критерии оценки

### Оценка устных ответов учащихся.

**Оценка «5»** ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

**Оценка «4»** ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

**Оценка «3»** ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

**Оценка «2»** ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

### Оценка письменных контрольных работ.

**Оценка «5»** ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

**Оценка «4»** ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

**Оценка «3»** ставится, если ученик правильно выполнил не менее  $2/3$  всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

**Оценка «2»** ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее  $2/3$  всей работы.

### Оценка практических работ.

**Оценка «5»** ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

**Оценка «4»** ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два- три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

**Оценка «3»** ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

**Оценка «2»** ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Контрольно-измерительные материалы составляются в соответствии с требованиями государственного стандарта по ОБЖ, уровнем обученности учащихся. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня как по объему, так и глубине.

#### График контрольных работ по по ОБЖ для 11 классов

№ п/п	Тема	Сроки освоения	Примечание
1	Легкая атлетика	24.09.2020; 17.03.2020	
2	Баскетбол	29.10.2020; 26.10.2020	
3	Гимнастика	24.12.2020; 28.01.2021	
4	Волейбол	25.02.2021; 28.04. 2021	

## Контрольные работы

### ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И ЗДОРОВЬЕ

#### Вариант № 1

1. Выберите из предложенных наиболее правильное определение, раскрывающее содержание понятия «личная гигиена»:
  - 1) наука о закономерностях здорового образа жизни и его влиянии на здоровье человека
  - 2) система знаний о правилах правильного поведения человека в целях поддержания чистоты и порядка в местах личного пользования
  - 3) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека
  - 4) правила поведения человека в общественных местах, а также профилактика инфекционных заболеваний
  
2. Какую пищу необходимо чаще употреблять, чтобы укрепить зубы?
  - 1) продукты, содержащие животные и растительные жиры
  - 2) мясные продукты
  - 3) рыбу и морепродукты
  - 4) яблоки, морковь, орехи, семечки подсолнуха, оливки, сыр
  
3. Как называется болезнь, вызывающая появление на коже головы и в волосах человека белых и желтоватых чешуек?
  - 1) диспепсия
  - 2) герпес
  - 3) диабет
  - 4) себорей
  
4. Как называется наиболее распространённая форма эрозии зубов?
  - 1) аденома
  - 2) кариес
  - 3) псориаз

4) коррозия

5. Объясните пословицу: «Где пиры да чай, там и немочи, не ешь масляно — ослепнешь»:

- 1) жирная и обильная пища приводит к преждевременному склерозу сосудов
- 2) излишки жиров блокируют передачу зрительных импульсов
- 3) употребление тонизирующих напитков приводит к язве
- 4) наличие большого количества жира в пище приводят к появлению кожных инфекций

## **Вариант № 2**

1. Личная гигиена включает в себя соблюдение некоторых правил. В предложенных ответах найдите ошибку:

- 1) правильное чередование умственного и физического труда
- 2) занятия физической культурой
- 3) гигиенические требования к содержанию тела, к белью, одежде, жилищу
- 4) содержание в чистоте личного автомобиля, мотоцикла или мопеда

2. Какие основные функции выполняет кожа человека?

- 1) оберегает организм от воздействия социальных факторов среды обитания
- 2) оберегает организм от проникновения патогенных микроорганизмов, даёт возможность почувствовать боль, тепло, холод
- 3) насыщает кровь кислородом
- 4) защищает организм человека от статического электричества, которое вырабатывается при трении одежде о тело человека

3. Все продукты питания могут быть поделены на 2 группы:

- 1) животного и растительного происхождения
- 2) минеральные и искусственные
- 3) мясные и молочные
- 4) опасные и вредные

4. Из предложенных выберите тот ответ, который объясняет, почему волосы можно безболезненно постригать:

- 1) при стрижке не затрагиваются луковицы волос
- 2) клетки волос содержат пигмент, защищающий волосы, тем более при стрижке
- 3) волосы лишены нервных окончаний
- 4) после стрижки волосы достаточно быстро растут

5. Лучшими материалами для изготовления одежды, которую человек носит в повседневной деятельности, являются:

- 1) искусственные материалы
- 2) хлопчатобумажные ткани

- 3) полимерные волокна
- 4) прорезиненные ткани

## ПРАВСТВЕННОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ

### Вариант № 1

1. Внутренние духовные качества, которыми руководствуется человек, этические нормы и правила поведения, определяемые этими качествами — это:

- 1) эстетика
- 2) этика
- 3) нравственность
- 4) культура

2. Укажите одно из главных направлений нравственного поведения человека, которые обеспечивают непрерывную смену поколений:

- 1) вежливое отношение к окружающим
- 2) духовные и физические качества
- 3) способность критически оценивать свое поведение
- 4) безопасное поведение в автономных условиях

3. Выберите из предложенных наиболее полное определение понятия «семья»:

- 1) группа людей, совместно проживающих и имеющих общие доходы и расходы
- 2) основанная на кровном родстве малая группа людей, скрепленная отношениями уважения и любви
- 3) это группа людей, связанных браком, кровным родством или усыновлением, совместно проживающих и имеющих общие доходы и расходы
- 4) группа людей, проживающих совместно, имеющих детей, в которой главную роль играет мужчина

4. Выберите из предложенных наиболее важные факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни:

- 1) интеллектуальная и психологическая совместимость супругов
- 2) идеологические и физиологические факторы
- 3) единство эмоциональных и познавательных процессов
- 4) схожесть потребностей и интересов супругов

5. Что определяет культурный фактор в создании гармонии совместной семейной жизни?

- 1) потребность в регулярном чтении приключенческой литературы
- 2) поддержание чистоты и порядка в местах массового проживания людей
- 3) соблюдение правил дорожного движения

4) интеллектуальные и культурные запросы супругов

## Вариант № 2

1. Какая задача семьи из перечисленных является важнейшей?

- 1) поддержание здоровых морально-нравственных взаимоотношений
- 2) правильное создание и использование материальной базы семьи
- 3) постоянное повышение своего образовательного уровня
- 4) рождение и воспитание детей, развитие их духовных и физических качеств

2. Из приведенных ниже факторов выберите тот (те), который(-е) оказывает(-ют) отрицательное воздействие на прочность молодой семьи:

- 1) ранний возраст вступающих в брак
- 2) раннее начало активной половой жизни
- 3) наличие вредных привычек у одного из родителей
- 4) все предложенные варианты верны

3. Многочисленные исследования совместимости людей позволили сформулировать закон совместимости:

- 1) врожденные качества супругов в совместных парах должны быть контрастными, а приобретенные качества — подобными, схожими
- 2) оба супруга должны быть властными, активными, резкими по характеру
- 3) оба супруга должны быть спокойными, уравновешенными, не проявлять эмоциональных переживаний
- 4) супруг(-а) должен(-на) спокойно воспринимать успехи и неудачи своего спутника жизни

4. Что следует понимать под нравственностью человека?

- 1) сильная воля, характер, достаточно высокое мнение о себе
- 2) внутренние, духовные качества, которыми руководствуется человек, этические нормы и правила поведения, определяемые этими качествами
- 3) хорошее трудолюбие, стремление к одиночеству, способность переносить нервные расстройства
- 4) чувство самоконтроля, способность ярко выражать свои переживания, хорошо развитый инстинкт самосохранения

5. Будучи сложным общественным образованием, мораль (нравственность) включает в себя три основных компонента:

- 1) моральную деятельность, самокритичность, правильное поведение в обществе
- 2) соблюдение мер безопасности, моральные отношения, культуру поведения
- 3) соблюдение принципов общения между людьми, моральное сознание, соблюдение правил личной гигиены
- 4) моральную деятельность с точки зрения ее содержания и мотивации; моральные отношения, регулирующие эту деятельность; моральное сознание, отражающее эти отношения в виде соответствующих представлений

# ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАВАЕМЫЕ ПОЛОВЫМ ПУТЁМ. ПОНЯТИЕ О ВИЧ-ИНФЕКЦИИ И СПИДЕ. МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ

## Вариант № 1

1. Какое отрицательное воздействие вирус ВИЧ оказывает на организм человека?

- 1) поражает те клетки нашего организма, которые предназначены для борьбы с вирусной инфекцией, способной поражать клетки головного мозга, вызывая серьезные неврологические расстройства
- 2) поражает центральную нервную систему, опорно-двигательный аппарат и кровеносную систему человека
- 3) вызывает раковые заболевания различных органов, поражает внутренние органы: легкие, печень, селезенку, поджелудочную железу, лимфатическую систему \*
- 4) поражает костно-мышечную систему человека, нарушает координацию движений и сон человека, ухудшает аппетит

2. К болезням, передаваемым половым путем, относятся следующие:

- 1) сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, генитальный герпес
- 2) вирусный гепатит, чесотка, дизентерия, туляремия, сибирская язва
- 3) токсоинфекция, корь, натуральная оспа, столбняк, бешенство
- 4) сибирская язва, кровяные инфекции, заболевания центральной нервной системы

3. Первым признаком какого заболевания, передающегося половым путем, является появление пузырьковых высыпаний на коже?

- 1) ВИЧ-инфекция
- 2) микоплазмоз
- 3) гепатит В
- 4) генитальный герпес

4. Течение венерической болезни сифилиса делится на несколько периодов. Назовите их:

- 1) начальный период внедрения и размножения микробов — 1-2 недели, второй период лечения заболевания — 5-6 месяцев
- 2) инкубационный период — 3-4 дня, период активной болезни — 3-4 месяца, период выздоровления
- 3) период проникновения возбудителя болезни в организм, период размножения микробов, период лечения и выздоровления
- 4) первичный период начинается с появления твердого шанкра и длится 1,5-2 месяца, вторичный период продолжается 3-4 года и начинается с появления сыпи, третичный период (поражаются кости, кровеносные сосуды, спинной и головной мозг) длится 10-20 лет и заканчивается параличом и слабоумием

5. Заражение венерической болезнью предусматривает:

- 1) наложение дисциплинарного наказания
- 2) наказание в виде мер гражданско-правовой ответственности
- 3) уголовную ответственность в виде лишения свободы на срок до восьми лет
- 4) наказание в виде мер административного взыскания и принудительного лечения

## Вариант № 2

1. Выберите из приведенных ниже ответов возможные пути передачи болезни СПИД:

- 1) через пищу, которая была приготовлена инфицированным человеком
- 2) при пользовании общественным туалетом и общественным бассейном
- 3) через недостаточно простерилизованные медицинские инструменты, при переливании инфицированной крови, при половом контакте с инфицированным человеком
- 4) при нахождении в непосредственной близости от инфицированных людей, через кровососущих насекомых

2. Признаком какого заболевания, передающегося половым путем, является появление красноты вокруг наружного отверстия мочеиспускательного канала у мужчин, небольшая отёчность, которая сопровождается жжением и зудом, резью при мочеиспускании?

- 1) гонорей
- 2) гонорея
- 3) сифилис
- 4) генитальный герпес

3. Предусматривается ли наказание за заражение другого лица ВИЧ-инфекцией?

- 1) предусматривается в административном порядке
- 2) могут быть применены меры материальной ответственности
- 3) предусматривается наказание в уголовном порядке
- 4) не предусматривается никакого наказания, только общественное осуждение

4. Общими правилами профилактики инфекций, передаваемых половым путем, можно считать:

- 1) воздержание от случайных половых контактов и интимных соприкосновений гениталий
- 2) взаимную верность неинфицированных партнеров, правильное и постоянное использование презервативов
- 3) воздержание от употребления крепких спиртных напитков до и после полового контакта
- 4) верны варианты № 1 и № 2

5. Основным направлением в профилактике ВИЧ-инфекции считается:

- 1) обучение населения правильному половому поведению начиная со среднего школьного возраста, а именно: ограничению числа половых партнеров и использованию презервативов
- 2) организация массовой продажи медицинских препаратов для предупреждения ранней беременности и презервативов
- 3) выпуск различной научной литературы по проблемам профилактики венерических заболеваний
- 4) принудительное обследование молодежи в кожно-венерологических диспансерах

## СЕМЬЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ. ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО И СЕМЬЯ

## Вариант № 1

1. Семейным кодексом установлены обязательные условия заключения брака. Назовите их:
  - 1) взаимное добровольное согласие мужчины и женщины, вступающих в брак, и достижение ими брачного возраста
  - 2) согласие мужчины и женщины, вступающих в брак, и их родителей
  - 3) добровольное согласие вступающих в брак и достижения ими возраста: мужчины — 20 лет, женщины — 19 лет
  - 4) согласие родителей, родных братьев и сестёр, а также достижение возраста 16-17 лет
  
2. Заключение брака происходит по истечении определенного срока после подачи заявления в орган ЗАГС:
  - 1) трёх недель
  - 2) полутора месяцев
  - 3) двух месяцев
  - 4) одного месяца
  
3. Не допускается заключение брака (найдите ошибку) в следующем случае:
  - 1) если один из вступающих в брак является лицом преклонного возраста
  - 2) между родственниками по прямой восходящей и нисходящей линии
  - 3) между лицами, из которых хотя бы одно уже состоит, в браке
  - 4) между усыновителями и усыновленными
  
4. Брак может быть расторгнут по заявлению:
  - 1) одного из супругов и одного из ближайших родственников
  - 2) обоих супругов или по просьбе одного из них
  - 3) или просьбе совершеннолетних детей супругов
  - 4) обоих супругов и их родителей
  
5. Для обеспечения совместимости с другими людьми требуются три основных качества характера:
  - 1) способность критически относиться к себе, терпимость, доверие
  - 2) доброжелательность» понимание, красноречие
  - 3) волевые качества, темперамент, настойчивость
  - 4) целеустремленность, твёрдый характер, хорошие физические качества

## Вариант № 2

1. В России официальным признается гражданский брак, который:

- 1) официально может быть не зарегистрирован, но личные и имущественные отношения между мужчиной и женщиной продолжались не менее 3-х лет
  - 2) зарегистрирован в органах записи актов гражданского состояния (ЗАГСы)
  - 3) зарегистрирован в территориальных органах внутренних дел по месту жительства мужа или жены
  - 4) зарегистрирован в органах местного самоуправления
2. Какими правами и обязанностями в соответствии с требованиями Семейного кодекса обладают родители по отношению к своим детям? В предложенных вариантах найдите ошибочный ответ.
- 1) всегда и во всем поддерживать все действия и поступки своих несовершеннолетних детей
  - 2) родители обязаны содержать своих несовершеннолетних детей
  - 3) защита прав и интересов несовершеннолетних детей лежит на их родителях
  - 4) родители обязаны воспитывать своих детей, заботиться об их физическом развитии и обучении, готовить к общественно полезному труду
3. При каких обстоятельствах прекращают свое действие родительские права?
- 1) при достижении детьми возраста 20 лет
  - 2) после окончания средней школы и при поступлении детей в образовательные учреждения высшего профессионального образования
  - 3) при достижении детьми возраста 19 лет или вступлении несовершеннолетних детей в брак
  - 4) при поступлении детей на работу
4. Когда возникают права и обязанности супругов?
- 1) со дня государственной регистрации брака
  - 2) со дня подачи заявления в орган ЗАГСа о регистрации брака
  - 3) с момента рождения первого ребёнка
  - 4) с момента возникновения беременности у женщины
5. При нарушении прав и законных интересов ребёнка, в том числе при невыполнении или ненадлежащем выполнении родителями (одним из них) обязанностей по воспитанию, образованию ребенка либо при злоупотреблении родительскими правами, ребёнок вправе самостоятельно обращаться за их защитой:
- 1) во всех случаях в суд по месту жительства
  - 2) в комиссию по делам несовершеннолетних, а по достижении возраста двенадцати лет в суд
  - 3) к участковому инспектору полиции, а по достижении возраста шестнадцати лет в суд
  - 4) в орган опеки и попечительства, а по достижении возраста четырнадцати лет в суд

## **ТАБЛИЦЫ ПРАВИЛЬНЫХ ОТВЕТОВ**

Выставляется оценка «отлично» за все правильные ответы на вопросы задания, за четыре правильных ответа – «хорошо» и т.д. За выполнение задания с выбором ответа выставляется 1 балл при условии, если обведен только один номер верного ответа. Если обведены два и более ответов, в том числе правильный, то ответ не засчитывается.

Номер задания	Вариант	Вопросы				
		1	2	3	4	5
		1				
3.1	1	3	4	4	2	2
	2	4	2	1	3	2
3.2	1	3	2	3	1	4
	2	4	4	1	2	4
3.3	1	1	1	4	4	3
	2	3	2	3	4	1
3.4	1	1	4	1	2	1
	2	2	1	3	1	4