Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Усынин Максим Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 30.09.2025 09:26:09
Уникальный программный ключ:
f498e59e83f65dd7c3ce7bb8a25cbbabb33ebc58

Частное образовательное учреждение высшего образования
«Международный Институт Дизайна и Сервиса»
(ЧОУВО МИДиС)
Общеобразовательная школа «7 ключей»

Ворошилова ул., д. 12, Челябинск, 454014. Тел. (351) 216-10-10, факс 216-10-30. E-mail: info@rbiu.ru, school7keys@rbiu.ru

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЭКОЛОГИЯ И ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
10 КЛАСС (базовый уровень)

Челябинск, 2025 г.

I. Перечень контрольно-оценочных средств (КОСы) для текущего и промежуточного контроля

Текущий контроль	Промежуточный контроль
1. Входная контрольная работа 2. Контрольная работа 3. Проектная работа 4. Практические работы 5. Тест	1. Итоговый тест

II. Характеристика контрольно-оценочных средств (КОС) и контрольно-измерительные материалы (КИМ)

1. Входная контрольная работа

Цель работы по «Основы безопасности жизнедеятельности» – оценить уровень индивидуальных достижений обучающихся 10-х классов общеобразовательных организаций при освоении образовательных программ основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

Структура варианта входной контрольной работы обеспечивает проверку овладения определенными видами умений: усвоение основных элементов содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее ОБЖ) на уровне основного общего образования.

Каждый вариант контрольной работы содержит 20 заданий с кратким ответом в виде одной буквы.

В контрольной работе задания позволяют проверить усвоение элементов содержания: знания, составляющие основу грамотности безопасного поведения обучающихся, а также способность применить знания и умения в контекстах, соответствующих основным разделам школьного курса ОБЖ. Включенные в работу задания распределены по содержательным блокам: «основы комплексной безопасности», «Защита населения РФ от чрезвычайных ситуациях», «Противодействие терроризму и экстремизму в РФ», «Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний и оказания первой помощи».

На выполнение работы отводится 20 минут. За верное выполнение каждого из заданий выставляется по одному баллу. Перевод первичных баллов в отметки по пятибалльной шкале представлен в таблице 1.

Таблица 1

Шкала перевода первичного балла за выполнение входной контрольной работы по ОБЖ в 10-х классах в отметку по пятибалльной шкале

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Общий балл	0–11	12–14	15–17	18–20

2. Контрольные работы
Контрольная работа №1 по модулю «Основы безопасности личности, общества и государства»

Цель работы по ОБЖ – оценить уровень знаний по модулю «Основы безопасности личности, общества и государства».

Структура варианта контрольной работы №1 обеспечивает проверку овладения определенными видами умений: усвоение основных элементов содержания по модулю «Основы безопасности личности, общества и государства». Контрольная работа основана на линии учебно-методических комплексов издательства «Просвещение» по ОБЖ для учащихся 10-11 классов общеобразовательных организаций под редакцией А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности

жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Работа состоит из двух частей, включает в себя 5 заданий. Часть 1 содержит 4 задания с развернутым ответом базового и повышенного уровня сложности на применение знаний основ безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал. Часть 2 содержит 1 задание с развернутым ответом высокого уровня сложности на применение знаний о безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал.

На выполнение контрольной работы отводиться 45 минут урочного времени.

Распределение заданий контрольной работы №1 по частям и типам заданий с учетом максимального первичного балла каждой части и работы в целом приводится в таблице 2.

Таблица 2.

Распределение заданий по частям работы

№ п/п	Части работы	Количество заданий	Максимальный первичный балл	% от максимального первичного балла, равного 17	Тип заданий
1	Часть 1	13	14	82	Задание с кратким ответом, установление соответствия
2	Часть 2	1	3	18	Задания с развернутым ответом
Итого		14	17	100	

Контрольная работа № 1 предусматривает проверку результатов усвоения знаний и овладения умениями учащихся на разных уровнях: воспроизводить знания; применять знания и умения в знакомой, измененной и новой ситуациях. Воспроизведение знаний предполагает оперирование следующими учебными умениями: узнавать типичные объекты, процессы, явления, которые вызывают потенциальную или реальную угрозу безопасности жизни; давать определения основных понятий; пользоваться терминами и понятиями. Включенные в работу задания распределены по содержательным блокам: «Основы личной безопасности в повседневной жизни», «Личная безопасность в условиях ЧС», «Современный комплекс проблем безопасности военного характера», «Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от ЧС природного и техногенного характера», «Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства», «Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ», «Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму», «Уголовная ответственность за участия в террористической и экстремисткой деятельности», «Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта».

Применение знаний в знакомой ситуации требует овладения более сложными умениями: объяснять, определять, сравнивать, классифицировать, распознавать и описывать типичные объекты, процессы и явления несущие потенциальную (или реальную) опасность. Задания, контролирующие данные умения, направлены на выявление уровня

усвоения основного содержания модуля.

Применение знаний в измененной ситуации предусматривает оперирование обучающимися такими учебными умениями, как научное обоснование природных и техногенных процессов и явлений, установление причинно-следственных связей, анализ, обобщение, формулирование выводов. Задания, контролирующие степень овладения данными умениями представлены в части 2 работы.

Применение знаний в новой ситуации предполагает оперирование умениями использовать приобретенные знания в практической деятельности, систематизировать и интегрировать знания, оценивать и прогнозировать процессы безопасности жизнедеятельности, решать практические и творческие задачи. Задания подобного типа проверяют сформированность у школьников естественнонаучного мировоззрения, грамотности в области безопасности жизнедеятельности, творческого мышления. В работе используются задания базового, повышенного и высокого уровней сложности.

Распределение заданий итоговой работы по уровням сложности приводится в таблице 3.

Таблица 3.

Распределение заданий итоговой работы по уровню сложности

Уровень сложности	Номера заданий	Максимальный первичный балл	% максимального первичного балла за задания данного уровня сложности от максимального первичного балла за всю работу, равного 8
Базовый	3	3	37
Повышенный	1	2	26
Высокий	1	3	37
Итого	5	8	100

Система оценивания выполнения отдельных заданий и итоговой работы в целом. За верное выполнение каждого из заданий 1-3 выставляется 1 балл. Если указан неверный ответ или ответ отсутствует – 0 баллов. За верное выполнение задания 4 выставляется 2 балла. Если допущена одна ошибка выставляется 1 балл. Задание 5 оцениваются в зависимости от полноты и правильности ответа до 3 баллов максимум. Максимальный первичный балл за выполнение всей работы – 8.

Шкала перевода суммы первичных баллов в пятибалльную систему оценивания

Таблица 4.

Рекомендуемая шкала пересчета первичного балла в школьную отметку

Отметка по пя-	«2»	«3»	«4»	«5»

тибалльной шкале				
Первичный тестовый балл	0 – 4	5	6	7 – 8

Контрольная работа №2 по модулю
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Цель работы по ОБЖ – оценить уровень знаний по модулю «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Структура варианта контрольной работы № 2 обеспечивает проверку овладения определенными видами умений: усвоение основных элементов содержания по модулю «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Контрольная работа основана на линии учебно-методических комплексов издательства «Просвещение» по ОБЖ для учащихся 10-11 классов общеобразовательных организаций под редакцией А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Работа состоит из двух частей, включает в себя 5 заданий. Часть 1 содержит 4 задания с развернутым ответом базового и повышенного уровня сложности на применение знаний основ безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал. Часть 2 содержит 1 задание с развернутым ответом высокого уровня сложности на применение знаний о безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал.

На выполнение контрольной работы отводиться 45 минут урочного времени.

Распределение заданий контрольной работы №2 по частям и типам заданий с учетом максимального первичного балла каждой части и работы в целом приводится в таблице 5.

Таблица 5.

Распределение заданий по частям работы

№ п/п	Части работы	Количество заданий	Максимальный первичный балл	% от максимального первичного балла, равного 17	Тип заданий
1	Часть 1	13	14	82	Задание с кратким ответом, установление соответствия
2	Часть 2	1	3	18	Задания с развернутым ответом
Итого		14	17	100	

Контрольная работа № 2 предусматривает проверку результатов усвоения знаний и овладения умениями учащихся на разных уровнях: воспроизводить знания; применять знания и умения в знакомой, измененной и новой ситуациях. Воспроизведение знаний предполагает оперирование следующими учебными умениями: узнавать типичные объекты, процессы, явления, которые вызывают потенциальную или реальную угрозу безопасности жизни; давать определения основных понятий; пользоваться терминами и понятиями. Включенные в работу задания распределены по содержательным блокам: «Основы меди-

цинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний», «Здоровый образ жизни и его составляющие».

Применение знаний в знакомой ситуации требует овладения более сложными умениями: объяснять, определять, сравнивать, классифицировать, распознавать и описывать типичные объекты, процессы и явления несущие потенциальную (или реальную) опасность. Задания, контролирующие данные умения, направлены на выявление уровня усвоения основного содержания модуля.

Применение знаний в измененной ситуации предусматривает оперирование обучающимися такими учебными умениями, как научное обоснование природных и техногенных процессов и явлений, установление причинно-следственных связей, анализ, обобщение, формулирование выводов. Задания, контролирующие степень овладения данными умениями представлены в части 2 работы.

Применение знаний в новой ситуации предполагает оперирование умениями использовать приобретенные знания в практической деятельности, систематизировать и интегрировать знания, оценивать и прогнозировать процессы безопасности жизнедеятельности, решать практические и творческие задачи. Задания подобного типа проверяют сформированность у школьников естественнонаучного мировоззрения, грамотности в области безопасности жизнедеятельности, творческого мышления. В работе используются задания базового, повышенного и высокого уровней сложности.

Распределение заданий итоговой работы по уровням сложности приводится в таблице 6.

Таблица 6.

Распределение заданий итоговой работы по уровню сложности

Уровень сложности	Номера заданий	Максимальный первичный балл	% максимального первичного балла за задания данного уровня сложности от максимального первичного балла за всю работу, равного 8
Базовый	3	3	37
Повышенный	1	2	26
Высокий	1	3	37
Итого	5	8	100

Система оценивания выполнения отдельных заданий и итоговой работы в целом. За верное выполнение каждого из заданий 1-3 выставляется 1 балл. Если указан неверный ответ или ответ отсутствует – 0 баллов. За верное выполнение задания 4 выставляется 2 балла. Если допущена одна ошибка выставляется 1 балл. Задание 5 оцениваются в зависимости от полноты и правильности ответа до 3 баллов максимум. Максимальный первичный балл за выполнение всей работы – 8.

Шкала перевода суммы первичных баллов в пятибалльную систему оценивания

Таблица 7.

Рекомендуемая шкала пересчета первичного балла в школьную отметку

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Первичный тестовый балл	0 – 4	5	6	7 – 8

Контрольная работа №3 по модулю
«Обеспечение военной безопасности государства»

Цель работы по ОБЖ – оценить уровень знаний по модулю «Обеспечение военной безопасности государства».

Структура варианта контрольной работы №3 обеспечивает проверку овладения определенными видами умений: усвоение основных элементов содержания по модулю «Обеспечение военной безопасности государства». Контрольная работа основана на линии учебно-методических комплексов издательства «Просвещение» по ОБЖ для учащихся 10-11 классов общеобразовательных организаций под редакцией А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Работа состоит из двух частей, включает в себя 5 заданий. Часть 1 содержит 4 задания с развернутым ответом базового и повышенного уровня сложности на применение знаний основ безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал. Часть 2 содержит 1 задание с развернутым ответом высокого уровня сложности на применение знаний о безопасности жизнедеятельности

для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал.

На выполнение контрольной работы отводиться 45 минут урочного времени.

Распределение заданий контрольной работы №3 по частям и типам заданий с учетом максимального первичного балла каждой части и работы в целом приводится в таблице 8.

Таблица 8.

Распределение заданий по частям работы

№ п/п	Части работы	Количество заданий	Максимальный первичный балл	% от максимального первичного балла, равного 17	Тип заданий
1	Часть 1	13	14	82	Задание с кратким ответом, установление соответствия
2	Часть 2	1	3	18	Задания с развернутым ответом
Итого		14	17	100	

Контрольная работа № 3 предусматривает проверку результатов усвоения знаний и овладения умениями учащихся на разных уровнях: воспроизводить знания; применять знания и умения в знакомой, измененной и новой ситуациях. Воспроизведение знаний предполагает оперирование следующими учебными умениями: узнавать типичные объекты, процессы, явления, которые вызывают потенциальную или реальную угрозу безопасности жизни; давать определения основных понятий; пользоваться терминами и понятиями. Включенные в работу задания распределены по содержательным блокам: «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны», «Вооруженное Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества», «Виды и рода войск Вооружённых Сил РФ», «Боевые традиции Вооружённых Сил России», «Размещение и быт военнослужащих», «Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда», «Организация караульной службы», «Строевая подготовка», «Огневая подготовка», «Тактическая подготовка».

Применение знаний в знакомой ситуации требует овладения более сложными умениями: объяснять, определять, сравнивать, классифицировать, распознавать и описывать типичные объекты, процессы и явления несущие потенциальную (или реальную) опасность. Задания, контролирующие данные умения, направлены на выявление уровня усвоения основного содержания модуля.

Применение знаний в измененной ситуации предусматривает оперирование обучающимися такими учебными умениями, как научное обоснование природных и техногенных процессов и явлений, установление причинно-следственных связей, анализ, обобщение, формулирование выводов. Задания, контролирующие степень овладения данными умениями представлены в части 2 работы.

Применение знаний в новой ситуации предполагает оперирование умениями использовать приобретенные знания в практической деятельности, систематизировать и интегрировать знания, оценивать и прогнозировать процессы безопасности жизнедеятельности, решать практические и творческие задачи. Задания подобного типа проверяют сформированность у школьников естественнонаучного мировоззрения, грамотности в

области безопасности жизнедеятельности, творческого мышления. В работе используются задания базового, повышенного и высокого уровней сложности.

Распределение заданий итоговой работы по уровням сложности приводится в таблице 9.

Таблица 9.

Распределение заданий итоговой работы по уровню сложности

Уровень сложности	Номера заданий	Максимальный первичный балл	% максимального первичного балла за задания данного уровня сложности от максимального первичного балла за всю работу, равного 8
Базовый	3	3	37
Повышенный	1	2	26
Высокий	1	3	37
Итого	5	8	100

Система оценивания выполнения отдельных заданий и итоговой работы в целом. За верное выполнение каждого из заданий 1-3 выставляется 1 балл. Если указан неверный ответ или ответ отсутствует – 0 баллов. За верное выполнение задания 4 выставляется 2 балла. Если допущена одна ошибка выставляется 1 балл. Задание 5 оцениваются в зависимости от полноты и правильности ответа до 3 баллов максимум. Максимальный первичный балл за выполнение всей работы – 8.

Шкала перевода суммы первичных баллов в пятибалльную систему оценивания

Таблица 10.

Рекомендуемая шкала пересчета первичного балла в школьную отметку

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Первичный тестовый балл	0 – 4	5	6	7 – 8

3. Творческий проект по ОБЖ

Современный мир характеризуется быстрыми и резкими изменениями в общественной жизни. В этих условиях очень важно формировать у подрастающего поколения способность к творческому поведению. Именно поэтому значимой задачей общего образования в таком мире становится его направленность на приобретение каждым школьником своего собственного полноценного личностного опыта, а основным путем при этом выступает творческая созидающая деятельность учащихся в разнообразных видах школьной жизни.

Реализовать творческий потенциал школьников можно с помощью проектной технологии на уроках ОБЖ. Применение проектной деятельности позволяет решить несколько задач: развитие навыков исследовательской деятельности учащихся, их творчества, стимулирование познавательной активности в области безопасности жизнедеятельности, углубленное изучение определенных разделов ОБЖ. Причем участие школьников в проектной деятельности стимулирует развитие их взаимодействие сразу в нескольких направлениях (или на нескольких уровнях развития): информационном (обмен информацией), практическом (совместная исследовательская деятельность), эмоциональном (совместные переживания и впечатления) и этическом (нормы взаимодействия).

Таблица 16.

Критерии оценивания проектно-исследовательских работ школьников.

Этап работы над проектом	Критерии, соответствующие этапам	Характеристика критерия	Максимальный Балл
Подготовительный этап	Актуальность	Обоснованность проекта в настоящее время, которая предполагает разрешение имеющихся по данной тематике противоречий	3
Планирование работы	Осведомленность	Комплексное использование имеющихся источников по данной тематике и свободное владение материалом	3
Исследовательская деятельность	Научность	Соотношение изученного и представленного в проекте материала, а также методов работы с таковыми в данной научной области по исследуемой проблеме, использование конкретных научных терминов и возможность оперирования ими	3
	Самостоятельность	Выполнение всех этапов проектной деятельности самими учащимися, направляемая действиями координатора проекта без его непосредственного участия	3
Результаты или выводы	Значимость	Признание выполненного авторами проекта для теоретического и (или) практического применения	3
	Системность	Способность школьников выделять обобщенный способ действия и применять его при решении конкретно-практических задач в рамках выполнения проектно-исследовательской работы	3
	Структурированность	Степень теоретического осмысления авторами проекта и наличие в нем системообразующих связей, характерных для данной предметной области, а также упорядоченность и целесообразность действий, при выполнении и оформлении проекта	3
	Интегративность	Связь различных источников информации и областей знаний и ее систематизация в единой концепции проектной работы	3
	Креативность (творчество)	Новые оригинальные идеи и пути решения, с помощью которых авторы внесли нечто новое в контекст современной действительности	3

Представление готового продукта	Презентабельность (публичное представление)	Формы представления результата проектной работы (доклад, презентация, постер, фильм, макет, реферат и др.), которые имеют общую цель, согласованные методы и способы деятельности, достигающие единого результата. Наглядное представление хода исследования и его результатов в результате совместного решения проблемы авторами проекта	4
	Коммуникативность	Способность авторов проекта четко, стилистически грамотно и в тезисно изложить этапы и результаты своей деятельности	3
	Апробация	Распространение результатов и продуктов проектной деятельности или рождение нового проектного замысла, связанного с результатами предыдущего проекта	3
Оценка процесса и результатов работы	Рефлексивность	Индивидуальное отношение авторов проектной работы к процессу проектирования и результату своей деятельности. Характеризуется ответами на основные вопросы: Что было хорошо и почему? Что не удалось и почему? Что хотелось бы осуществить в будущем?	3

Десять из данных критериев предлагается оценивать по десятибалльной шкале. Ее использование позволяет более четко судить о многообразии возможных суждений по качеству проектно-исследовательской работы учащихся; выработать единый уровень требований при критериальном оценивании проектов; уйти от «синдрома боязни» получить низкий балл участниками проектной деятельности. Самое важное, что данная десятибалльная шкала позволит легко ранжировать не только проекты с разной проблематикой в несмежных областях научного знания, но и одной области со сходными объектами и методами исследования. Кроме основных баллов за проектно-исследовательские работы, предлагается выставлять дополнительные баллы за определенные виды проектов и с учетом мнения эксперта (таблица 17).

Таблица 17

Выставление дополнительных баллов с учетом вида проектно-исследовательской работы школьников

Классификация проекта	Вид проекта	Количество дополнительных баллов
По продолжительности	Среднесрочный Долгосрочный	1 2
По способу преобладающей деятельности	Исследовательский Практико-ориентированный Реферативный Описательный	3 2 1 1
По количеству участников	Индивидуальный Парный Групповой	1 1 2
По предметносодержательной области	Монопроект Межпредметный в смежных областях Межпредметный в разных областях	1 2 3
По характеру контактов	Внутришкольный Межшкольный Международный	1 2 4
С учетом координации	С открытой координацией	1
Апробация	Продолжение исследований по данной тематике Возможность практического применения Уже применяется	1 1 3
Особое мнение эксперта (с учетом системности)	-	1–2
Максимальное количество дополнительных баллов		20

Общее максимальное количество баллов за все критерии и с учетом дополнительных баллов – 120. Ранжировать проекты по количеству набранных баллов можно следующим образом (таблица 18).

Ранжирование проектно-исследовательских работ школьников по количеству набранных баллов. Таблица 18.

Количество набранных баллов	Уровень проекта
до 60 баллов	Низкий уровень
61-80	Средний уровень
81-100	Выше среднего уровня
101-120	Высокий уровень

4. Практические работы

Целью проведения практических занятий является отработка основных теоретических знаний модуля и приобретение практического опыта. Выполнение предложенных практических занятий способствует формированию профессиональных компетенций.

При подготовке к занятию обучающийся должен знать основную учебную литературу согласно программе модуля по теме, которая рассматривается, а так же литературу специальную по конкретному занятию. Материал по каждому занятию излагается в следующей последовательности: вначале кратко формулируются тема и цель занятия, затем определяется конкретное задание

и порядок выполнения, а также методические указания по проведению практической работы. Преподаватель принимает выполненную учащимся практическую работу в индивидуальном порядке. Хорошо выполненные работы следует рекомендовать для ознакомления всем учащимся. Для зачета, по окончании практических занятий, учащийся представляет надлежащим образом оформленную тетрадь. Целесообразно в конце занятия сообщать тему следующего практического занятия и указывать литературные источники. Учащиеся в таких случаях приходят с готовыми конспектами, и преподавателю остается дать лишь целевую установку занятия, распределить задания, показать технику выполнения. После этого учащиеся приступают к самостоятельной работе.

Критерии оценки практической работы

Практические занятия оцениваются преподавателем, исходя из следующих критериев успешности работ:

1) соответствие содержания работы заданной теме и оформление в соответствии с существующими требованиями;

2) логика изложения, взаимосвязь структурных элементов работы;

3) объем, характер и качество использованных источников;

4) обоснованность выводов, их глубина, оригинальность;

5) теоретическая и методическая достаточность, стиль и качество оформления компьютерной презентации

Оценивая итоговое задание, преподаватель ставит отметку.

«5» – работа соответствует всем критериям, студенты демонстрируют творческий подход, самостоятельно находят дополнительный материал;

«4» – работа не соответствует одному из критериев (1, 2, 4);

«3» – работа не соответствует критериям 1, 2, 4, 5;

«2» – работа не соответствует ни одному из критериев.

5. Тесты по темам курса с использованием сайта onlinetestpad.com

Сайт Online Test Pad (далее Сайт) используется для создания и использования оналйн тестов по учебным дисциплинам. По итогу прохождения теста учеником производится расчет набранного количества баллов за правильные ответы и процент от максимального, которое можно набрать за правильные ответы на все вопросы. Профессиональная настройка шкал - инструмент для реализации сложной логики расчета результата теста: 14 типов шкал, построение графика по результатам теста, настройка оформления результата. Возможно включение / отключение показа ответов на вопросы, правильных ответов; показ рейтинга результатов, статистики ответов и результатов; выдача сертификата с возможностью замены изображения и настройки дополнительных блоков. Темы и наименования тестов представлены в таблице 14.

Таблица 14

Темы и наименования тестов по ОБЖ

Тема урока	Наименования теста	Ссылка на сайт
Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	Вредные привычки	https://onlinetestpad.com/ru/testview/25132-vrednye-privychki
Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния	Безопасность работы в интернет	https://onlinetestpad.com/ru/testview/57408-bezopasnost-raboty-v-internet
Патриотизм и верность воинскому	Основы военной	https://onlinetestpad.com/ru/test

долгу – качества защитников Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	службы. ОБЖ 10 класс	view/65000-osnovy-voennoj-sluzhby-obzh-10-klass
Сохранение и укрепления здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	https://onlinetestpad.com/ru/testview/12370-osnovy-medicinskikh-znanij-i-zdorovogo-obraza-zhizni
Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	https://onlinetestpad.com/ru/testview/10396-edinaya-gosudarstvennaya-sistema-preduprezhdeniya-i-likvidacii-chrezvychajn
Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные виды оружия и их поражающие факторы.	Гражданская оборона и чрезвычайные ситуации	https://onlinetestpad.com/ru/testview/10593-grazhdanskaya-oborona-i-chrezvychajnye-situacii

Таблица 15

Рекомендуемая шкала пересчета первичного балла в школьную отметку

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Процент правильных ответов	0 – 59	60-74	75-84	85 – 100

Итоговый тест по курсу основ безопасности жизнедеятельности за курс 10 класса

Цель работы по ОБЖ – оценить уровень знаний по курсу основ безопасности жизнедеятельности за курс 10 класса.

Структура варианта итоговой контрольной работы обеспечивает проверку овладения определенными видами умений: усвоение основных элементов содержания по курсу основ безопасности жизнедеятельности за курс 10 класса. Контрольная работа основана на линии учебно-методических комплексов издательства «Просвещение» по ОБЖ для учащихся 10 классов общеобразовательных организаций под редакцией А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Работа состоит из двух частей, включает в себя 5 заданий. Часть 1 содержит 4 задания с развернутым ответом базового и повышенного уровня сложности на применение знаний основ безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал. Часть 2 содержит 1 задание с развернутым ответом высокого уровня сложности на применение знаний о безопасности жизнедеятельности для решения практических задач, умения делать выводы и доказывать свою точку зрения, анализировать материал.

На выполнение контрольной работы отводиться 45 минут урочного времени.

Распределение заданий итоговой контрольной работы по частям и типам заданий с учетом максимального первичного балла каждой части и работы в целом приводится в таблице 11.

Таблица 11.

Распределение заданий по частям работы

№ п/п	Части работы	Количество заданий	Максимальный первичный балл	% от максимального первичного балла, равного 17	Тип заданий
1	Часть 1	13	14	82	Задание с кратким ответом, установление соответствия
2	Часть 2	1	3	18	Задания с развернутым ответом
Итого		14	17	100	

Итоговая контрольная работа предусматривает проверку результатов усвоения знаний и овладения умениями учащихся на разных уровнях: воспроизводить знания; применять знания и умения в знакомой, измененной и новой ситуациях. Воспроизведение знаний предполагает оперирование следующими учебными умениями: узнавать типичные объекты, процессы, явления, которые вызывают потенциальную или реальную угрозу безопасности жизни; давать определения основных понятий; пользоваться терминами и понятиями. Включенные в работу задания распределены по содержательным модулям: «Основы безопасности личности, общества и государства», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Обеспечение военной безопасности государства».

Применение знаний в знакомой ситуации требует овладения более сложными умениями: объяснять, определять, сравнивать, классифицировать, распознавать и описывать типичные объекты, процессы и явления несущие потенциальную (или реальную) опасность. Задания, контролирующие данные умения, направлены на выявление уровня усвоения основного содержания модуля.

Применение знаний в измененной ситуации предусматривает оперирование обучающимися такими учебными умениями, как научное обоснование природных и техногенных процессов и явлений, установление причинно-следственных связей, анализ, обобщение, формулирование выводов. Задания, контролирующие степень овладения данными умениями представлены в части 2 работы.

Применение знаний в новой ситуации предполагает оперирование умениями использовать приобретенные знания в практической деятельности, систематизировать и интегрировать знания, оценивать и прогнозировать процессы безопасности жизнедеятельности, решать практические и творческие задачи. Задания подобного типа проверяют сформированность у школьников естественнонаучного мировоззрения, грамотности в области безопасности жизнедеятельности, творческого мышления. В работе используются задания базового, повышенного и высокого уровней сложности.

Распределение заданий итоговой работы по уровням сложности приводится в таб-

лице 12.

Таблица 12.

Распределение заданий итоговой работы по уровню сложности

Уровень сложности	Номера заданий	Максимальный первичный балл	% максимального первичного балла за задания данного уровня сложности от максимального первичного балла за всю работу, равного 8
Базовый	3	3	37
Повышенный	1	2	26
Высокий	1	3	37
Итого	5	8	100

Система оценивания выполнения отдельных заданий и итоговой работы в целом. За верное выполнение каждого из заданий 1-3 выставляется 1 балл. Если указан неверный ответ или ответ отсутствует – 0 баллов. За верное выполнение задания 4 выставляется 2 балла. Если допущена одна ошибка выставляется 1 балл. Задание 5 оцениваются в зависимости от полноты и правильности ответа до 3 баллов максимум. Максимальный первичный балл за выполнение всей работы – 8.

Шкала перевода суммы первичных баллов в пятибалльную систему оценивания

Таблица 13.

Рекомендуемая шкала пересчета первичного балла в школьную отметку

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Первичный тестовый балл	0 – 4	5	6	7 – 8

III. Контрольно-измерительные материалы

1. Входная контрольная работа

1. На что ориентирована система ГО?
   а) на ликвидацию ЧС мирного времени;
   б) на проведение спасательных работ;
   в) на защиту населения в военное время от ОМП.
2. Назовите основной принцип строительства и распространения системы ГО по территории РФ.
   а) территориально - производственный;
   б) социально - экономический;
   в) территориальный и функциональный.
3. Из каких двух подсистем состоит система РСЧС?
   а) территориальной и функциональной;
   б) территориальной и производственной;
   в) территориальной и федеральной.
4. В каком году в РФ было образовано министерство по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям (МЧС)?
   а) в 1984 году;

б) в 1994 году;
в) в 2004 году.

5. Кто, в образовательном учреждении, является начальником ГО
а) директор школы:
б) один из заместителей директора;
в) лицо, назначенное приказом директора школы.

6. Какого режима функционирования РСЧС не существует?
а) режим повседневной готовности;
б) режим постоянной готовности;
в) режим ЧС.

7. Что составляет основу сил МЧС России?
а) войска местной обороны;
б) войска ГО;
в) поисково-спасательная служба.

8. 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 вооружённых конфликтов, на ограничение средств и методов войны;
в) совокупность норм, направленных на защиту жертв стихийных бедствий.

9. Какой категории лиц предоставляется защита 1 Женевской конвенции?
а) раненым и больным из состава сухопутных сил;
б) военнопленным;
в) гражданскому населению.

10. Комбатанты - это:
а) военнопленные;
б) гражданские лица;
в) лица, входящие в состав вооружённых формирований.

11. Какой категории лиц предоставляется защита 3 Женевской конвенции?
а) раненым и больным из состава сухопутных сил;
б) военнопленным;
в) потерпевшим кораблекрушение.

12. В каких случаях медицинский персонал может принять участие в военных действиях?
а) в любых случаях;
б) только в особых обстоятельствах:
в) не может в любых случаях.

13. Основной документ МГП - это:
а) декларация прав человека;
б) устав ООН;
в) Женевские конвенции1949 года.

14. В честь, какой страны была принята эмблема «Красный Крест»?
а) Швейцария;
б) Франция:
в) Бельгия.

15. Здоровье человека на 50% зависит от:
а) экологических факторов;
б) состояния медицинского обслуживания населения;
в) наследственности;
г) образа жизни.

16. Пассивный курильщик — это человек:
а) находящийся в одном помещении с курильщиком;
б) выкуривающий до двух сигарет в день;
в) выкуривающий одну сигарету натощак.

17. Признаками алкогольного отравления являются:
    а) пожелтение кожи, ухудшение слуха, отсутствие реакции зрачков на свет, улучшение аппетита, повышение иммунитета;
    б) головокружение, тошнота и рвота, уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления, возбуждение или депрессивное состояние;
    в) отсутствие речи, повышение температуры и артериального давления.
18. Признаки наркотического отравления — это:
    а) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков и ослабление их реакции на свет, покраснение кожи;
    б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк;
    в) насморк, горечь во рту, заливистый беспричинный смех, пожелтение кожи.
19. Признаки клинической смерти — это:
    а) отсутствие слуха, вкуса, наличие трупных пятен;
    б) отсутствие сознания, реакции зрачков на свет, пульса на сонной артерии и дыхания;
    к) отсутствие пульса и дыхания, окоченение конечностей.
20. В каком порядке необходимо проводить закаливание носоглотки:
    а) полоскание горла теплой, а затем холодной водой;
    б) полоскание горла прохладной, а затем холодной водой;
    в) полоскание горла холодной водой в течение 5 минут.
21. Главным недостатком синтетических материалов является то, что они:
    а) плохо впитывают влагу с поверхности кожи;
    б) плохо греют;
    в) проводят электрический ток.
22. Алкоголизм — это:
    а) кратковременное состояние алкогольного опьянения;
    б) заболевание на почве пьянства в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом;
    в) умеренное потребление спиртных напитков.

Контрольная работа №1 по модулю
«Основы безопасности личности, общества и государства»

Вопросы к контрольной работе:

1. Как организуется своевременное оповещение населения Челябинской области о ЧС?
2. Почему национальная оборона является одним из приоритетов национальной безопасности России?
3. Как подразделяются современные военные конфликты. Приведите примеры выделенных вами видов конфликтов.
4. Какое ведомство в РФ непосредственно отвечает за организацию защиты учащихся и персонала общеобразовательных учреждений от ЧС? Обоснуйте свой ответ.
5. Почему террористы стараются организовать свои взрывы в людных местах. В чем особенности террористических организаций действующих на территории РФ. Как не быть вовлеченным в их деятельность.

Контрольная работа №2 по модулю
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Вопросы к контрольной работе:

1. Какие основные требования предъявляются к здоровью допризывника при постановке на воинский учет?
2. Какова роль гармоничного распределения умственной нагрузки и двигательной активности человека для сохранения его здоровья?

3. Почему не следует считать «просто вредными привычками» употребление наркотиков и алкоголя. Обоснуйте свой ответ.
4. В чем заключается профилактика наркомании для тех, кто ещё не употреблял наркотиков? Придумайте свои мероприятия.
5. Чем обусловлена биологическая необходимость двигательной активности человека в процессе его жизнедеятельности? Обоснуйте свой ответ.

Контрольная работа №3 по модулю
«Обеспечение военной безопасности государства»

Вопросы к контрольной работе:

1. Как осуществляется управление гражданской обороной в РФ?
2. Что такое биологическое оружие? В чем заключается его поражающее действие?
3. Для каких целей создается единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона 112.
4. Для чего предназначены противорадиационные укрытия. Как организовать простейшее противорадиационное убежище? Придумайте свои примеры.
5. Какие средства индивидуальной защиты можно попробовать использовать в домашних условиях в случае радиоактивного загрязнения?

Практические работы

Практическая работа № 1

Тема: Подготовка к автономному существованию в природной среде

Цели: Закрепить знания и навыки, полученные обучаемыми на теоретических занятиях. Отработать способы добывания огня, очистки и обеззараживания воды, способы ориентирования на местности

Задачи:

1. Изучить способы сооружения укрытий, добывания огня, очистки и обеззараживания воды.
2. Изучить способы ориентирования на местности

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Учебник ОБЖ, компас, справочный материал (Приложение №1), тетрадь для практических занятий

Ход выполнения задания:

1. Изучить материал учебника ОБЖ, справочный материал и ответить на контрольные вопросы письменно.

Контрольные вопросы:

1. Способы очистки и обеззараживания воды?
2. Что такое ориентирование?
3. Виды ориентирования?
4. Способы ориентирования?

Приложение №1 «Справочный материал»

Современный человек живет в условиях цивилизации, то есть в многолюдных населенных пунктах, оснащенных множеством технических устройств, имеющих запасы средств существования. Поэтому, оказываясь один на один с дикой или полудикой природой в результате всякого рода бедствий, он попадает в ситуацию, угрожающую его физическому существованию. Устройство убежищ для укрытия от непогоды, добывание воды и огня является наукой выживания.

Очистка и обеззараживание воды

Воду из реки, канала, какого-то водоема необходимо обеззараживать. Самый надежный способ – кипячение (8-10 мин). Если жидкость взята из подозрительного или сильно загрязненного источника (что допускается лишь в крайних случаях), кипеть она должна полчаса. Продезинфицировать воду можно алюминиевыми квасцами (щепотка на ведро), кристалликами мар-

ганцовки (до очень слабой розовой окраски воды и дать ей постоять час), таблетками пантоцида – 1-2 таблетки растворить в 1 л воды и выдержать в течение 30 мин. Если вода сильно загрязнена, дозу пантоцида надо удвоить. При этом муть оседает на дно, вода светлеет. Для дезинфекции пригоден и 5%-ный раствор йодистой настойки: 2-3 капли на 1 л воды, хорошо перемешать и дать отстояться в течение часа.

В средней полосе для стерилизации воды можно взять молодые ветки ели, сосны, пихты, кедра или можжевельника обыкновенного из расчета 100-200 грамм на ведро воды и кипятить их 30-40 мин. Затем туда же бросить несколько кусков коры ольхи, дуба, ивы или березы, еще прокипятить 10-15 мин, дать остыть. После того как ветки и кора будут вынуты из посуды, на дне окажется бурый, плохо растворимый осадок. Его сливают, воду с ним употреблять нельзя.

Для аналогичных целей пригодна трава ковыля, перекатиполя, тысячелистника или фиалки полевой из расчета 200-300 грамм на ведро с кипячением 20-30 мин.

Для очистки мутной воды надо:

– пропустить воду через емкость, заполненную песком, древесным углем и мелким гравием.

– затем прокипятить воду в течение 10 минут. Дайте воде отстояться 45 мин, после чего ее можно пить.

Добывание огня

- спички
- трут
- солнце и стекло
- стальная проволока
- кремни и сталь
- патроны

Сооружение укрытий

Укрытие должно быть небольшим, обеспечивать водонепроницаемость и не продуваемость ветром. Необходимо также обеспечить в укрытии соответствующую вентиляцию, чтобы не задохнуться от скопления углекислого или угарного газа. О наличии угарного газа в укрытии говорит синеватый цвет пламени на углях костра, о скоплении углекислого газа – желтоватый цвет пламени.

Простейшие укрытия (шалаши, навесы, чумы), устанавливаются палатки, используются пещеры.

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Практическая работа №2

Тема: Действия населения при пожаре

Цель: Ознакомиться с правилами проведения при пожаре. Ознакомиться с действиями при возникновении пожара. Практически отработать действия при возникновении пожара.

Задачи: Практически отработать действия при возникновении пожара

Продолжительность – 1 час

Оборудование: Учебный корпус, схема эвакуации, инструкция по действиям при возникновении пожара, справочная литература

Ход выполнения задания: Давно известно, что в стрессовых ситуациях человеческое поведение определяется чувством страха. В первую очередь это касается поведения человека при пожаре. В этом случае наши действия становятся неконтролируемыми, а нервное напряжение активизирует все "дремавшие" в нас инстинкты. Это выражается в том, что человек чувствует прилив энергии, возрастание мышечной активности, обнаруживает способности к преодолению препятствий. Сознание человека при обнаружении серьезной опасности как бы абстрагируется, теряет способность нормально воспринимать события и оценивать сложность ситуации. Как следствие,

действия при возникновении пожара не согласованны, часто совершаются в полуавтоматическом состоянии, без контроля рассудка. Состояние панического страха при эвакуации людей из горящего помещения создает ситуации, при которых могут образоваться пробки на пути из горящего помещения. Люди могут также игнорировать свободные выходы, не замечать запасных - в стрессовом состоянии практически полностью теряется способность к анализу и оценке окружающего мира.

Работа в аудитории

Для предупреждения гибели людей на всех предприятиях и в госучреждениях создается инструкция действий при пожаре. Кроме того, очень важно пропагандировать получение знаний в области психологической подготовки персонала, а также отработки порядка действий при пожаре. Для того чтобы довести действия людей при эвакуации до автоматизма, необходимы регулярные тренировки совместных действий в случае пожара.

На практическом занятии осуществляется:

В случае возникновения пожара действия работников образовательных учреждений и привлекаемых к тушению пожара лиц в первую очередь должны быть направлены на обеспечение безопасности детей, их эвакуацию и спасение.

Каждый работник учреждения, обнаруживший пожар и его признаки (задымление, запах горения или тления различных материалов, повышение температуры и т.п.) обязан:

а) немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную часть (при этом необходимо четко назвать адрес учреждения, место возникновения пожара, а также сообщить свою должность и фамилию);

б) задействовать систему оповещения людей о пожаре, приступить самому и привлечь других лиц к эвакуации детей из здания в безопасное место согласно плану эвакуации;

в) известить о пожаре руководителя учреждения или заменяющего его работника;

г) организовать встречу пожарных подразделений, принять меры по тушению пожара имеющимися в учреждении средствами пожаротушения.

При проведении эвакуации и тушении пожара необходимо:

а) с учетом сложившейся обстановки определить наиболее безопасные эвакуационные пути и выходы, обеспечивающие возможность эвакуации людей в безопасную зону в кратчайший срок;

б) исключить условия, способствующие возникновению паники. С этой целью учителям, преподавателям, воспитателям, мастерам и другим работникам учреждения нельзя оставлять обучаемых без присмотра с момента обнаружения пожара и до его ликвидации;

в) эвакуацию обучаемых следует начинать из помещения, в котором возник пожар, и смежных с ним помещений, которым угрожает опасность распространения огня и продуктов горения;

г) тщательно проверить все помещения, чтобы исключить возможность пребывания в опасной зоне обучаемых;

д) выставлять посты безопасность на выходах в здание, чтобы исключить возможность возвращения обучаемых и работников в здание, где возник пожар;

е) при тушении следует стремиться в первую очередь обеспечить благоприятные условия для безопасной эвакуации людей;

ж) воздержаться от открывания окон и дверей, а также от разбивания стекол во избежание распространения огня и дыма в смежные помещения. Покидая помещения или здание, следует закрывать за собой все двери и окна.

Контрольные вопросы:

1. Что такое пожар?
2. Условия возникновения пожара?
3. Виды горения?

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват.

организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Практическая работа №3

Тема: Первая помощь при неотложных состояниях

Цель: Реализация умения оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин

Задачи:

1. Решить ситуационные задачи.
2. Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.
3. Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.
4. Научиться накладывать шины

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Ситуационные задачи (приложение №1), справочный материал (приложение №2), учебник ОБЖ, закрутки, бинты, шины, тетрадь для практических работ

Ход выполнения задания:

1.Решить ситуационные задачи.

2. Изучить материал учебника ОБЖ, стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.

3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

Контрольные вопросы:

1. Дайте формулировку кровотечению.
2. Перечислите виды кровотечений.
3. Что такое асептика?
4. Что такое антисептика?
5. Перечислите виды ран.
6. Какие способы остановки кровотечений существуют?
7. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.
8. Как оказать помощь при открытом переломе?
9. Как оказать помощь при закрытом переломе?

Приложение №1 «Ситуационные задачи»

Задача № 1

На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, а во круг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. наложить импровизированную шину на правую ногу.
2. вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку
3. повернуть пострадавшего на живот
4. отчистить ротовую полость от слизи и крови
5. убедиться в наличии пульса на сонной артерии
6. наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место
8. вызвать скорую помощь
9. оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия скорой помощи
10. наложить кровоостанавливающие жгуты

Задача № 2

Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь
2. позвать кого-нибудь на помощь
3. как можно скорее нанести про кардинальный удар и приступить к непрямому массажу сердца
4. перебить провода ножом или топором одним ударом
5. перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях
6. подложить под голову подушку
7. убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот
8. убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по грудине и приступить к непрямому массажу сердца
9. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и после про кардинального удара начать сердечно-легочную реанимацию
10. убедить в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок

Задача № 3

Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь
2. позвать кого-нибудь на помощь
3. как можно скорее нанести про кардинальный удар и приступить к непрямому массажу сердца
4. перебить провода ножом или топором одним ударом
5. перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях
6. подложить под голову подушку
7. убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот
8. убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по грудине и приступить к непрямому массажу сердца
9. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и после про кардинального удара начать сердечно-легочную реанимацию
10. убедить в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок

Задача № 4

В походе туристу деревом придавило ноги. Он в таком состоянии находиться уже более 2-ух часов, но в сознании.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. поднять дерево и освободить ноги
2. не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки
3. снять обувь и обложить ноги и обложить ноги ниже препятствия бутылками или фляжками с горячей водой (воду согреть на костре)
4. обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой
5. туго забинтовать ноги до места повреждения
6. предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса)
7. исключить прием, какой-либо жидкости
8. дать 2-3 таблетки анальгина
9. наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания
10. постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего
11. наложить импровизированные шины от подмышек до пяток

12. наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток
13. туго забинтовать до паховых складок
14. переносить или перевозить пострадавшего только на носилках, даже при удовлетворительном самочувствии

Приложение №2 «Доврачебная помощь»

Доврачебная помощь — комплекс простейших срочных мероприятий для спасения жизни человека и предупреждения осложнений при несчастном случае или внезапном заболевании, проводимых на месте происшествия самим пострадавшим (самопомощь) или другим лицом, находящимся поблизости (взаимопомощь). Доврачебная помощь оказывается пострадавшему до прибытия профессиональной медицинской помощи и призвана:

спасти человеку жизнь;

не допустить ухудшения его состояния;

создать условия для его дальнейшего лечения и выздоровления.

Доврачебная помощь пострадавшим должна оказываться немедленно и профессионально. От этого зависят жизнь и последствия травм, ожогов, отравлений. Доврачебная помощь пострадавшему не должна заменять помощи со стороны медицинского персонала и оказывается лишь до прибытия врача. Она должна ограничиваться строго определенными видами помощи (временная остановка кровотечения, перевязка раны, неподвижная повязка при переломах, искусственное дыхание и т. д.).

Прежде, чем оказывать доврачебную помощь пострадавшему, необходимо оценить ситуацию и определить:

что произошло;

что явилось причиной происшедшего;

количество пострадавших;

сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего (пострадавших);

можно ли кого-нибудь привлечь для оказания помощи;

следует ли вызывать скорую помощь и как это сделать.

Оценивая ситуацию, особое внимание следует уделить вопросу, сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего и насколько эта опасность велика. Важно выяснить, есть ли доступ к пострадавшему (пострадавшим) и что нужно сделать, если этот доступ затруднен. При оценке ситуации необходимо сохранять хладнокровие и здравый смысл, чтобы принятое решение не оказалось ошибкой. Во многих ситуациях быстрая и точная оценка может оказаться жизненно важной для пострадавшего.

Если в ходе оценки ситуации установлено, что имеется опасность для вас и для пострадавшего, необходимо

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Практическая работа №4

Тема: Средства индивидуальной защиты

Цель: Приобрести навыки в пользовании средствами защиты органов дыхания. Практически отработать норматив №1

Задачи: Практически научиться выполнять норматив №1

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Противогаз, респиратор, секундомер, ведомость учета результатов тренировки

Ход выполнения задания:

Обучаемы подбирают противогазы согласно размеров. Обучаемые выполняют тренировку в надевании противогаза и респиратора.

Норматив № 1: *“Надевание противогаза или респиратора”.*

Оценка по времени:

Категория обучаемых	Отлично	Хорошо	Удовлетв.
Военнослужащие	7/11 сек	8/12 сек	10/14 сек
Отделение	8/12 сек	9/13 сек	11/15 сек

Ошибки, снижающие оценку на один балл:

1. При надевании противогаза, обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох.

2. Шлем-маска надета с перекосом.

3. Концы носового зажима респиратора не прижаты к носу.

Ошибки, определяющие оценку “неудовлетворительно”.

Допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску.

Обучаемые в составе подразделения находятся на позиции, в боевой или в специальной технике, ведут боевые действия, отдыхают на привале и т.п.

Противогазы и респираторы в походном положении. Неожиданно подаётся команда: “Газы” или “Респиратор надеть”. Обучаемые надевают противогазы или респираторы и продолжают выполнение задачи.

Время отсчитывается от момента подачи команды до возобновления дыхания после надевания противогаза (респиратора).

Последовательность выполнения норматива.

1. По команде “Газы”.

- задержать дыхание, закрыть глаза, взять оружие “на ремень” (положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры);
- снять головной убора при опущенном подбородочном ремне, откинуть головной убор назад;
- вынуть шлем-маску, взять её обеими руками за утолщённые края у нижней части шлем-маски так, чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри её;
- положить нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натянуть шлем-маску на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз;
- устранить перекос и складки, если они образовались при надевании шлем-маски, сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

1. По команде “Респиратор надеть”.

- взять оружие “на ремень” (положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры);
- снять головной убора при опущенном подбородочном ремне, откинуть головной убор назад;
- достать из противогазовой сумки респиратор, вынуть его из пакета;
- надеть полумаску налицо так, чтобы подбородок и нос разместились внутри неё, одна не растягивающая тесьма оголовья располагалась на теменной части головы, другая на затылочной;
- прижать концы носового зажима к носу.

Контрольные вопросы:

1. Последовательность выполнения норматива №1?
2. Ошибки, снижающие оценку на 1 балл?
3. Ошибки, снижающие оценку до неудовлетворительно?

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Практическая работа №5

Тема: Строевая подготовка

Цель: Выработать навыки в выполнении строевой стойки и поворотов на месте. Дать практику в подаче команд. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием строевая стойка и повороты на месте.
2. Практически отработать строевой прием движение строевым шагом.

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Ход выполнения задания:

Строевая подготовка является одним из важнейших предметов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует обучаемых, вырабатывает у них отличную строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает аккуратность, ловкость и выносливость. Строевая подготовка — дело сугубо практическое. Каждый прием или действие нужно отрабатывать многократным повторением, придерживаясь такой последовательности:

- назвать прием (действие) и подать команду, по которой он выполняется;
- показать образцовое выполнение приема (действия) в целом, затем по разделениям с одновременным кратким объяснением правил и порядка его выполнения;
- научить обучаемых технике выполнения приема (действия) сначала по разделениям, затем в целом;
- тренировать учащихся в выполнении приема (действия), добиваясь ловкости, быстроты и четкости действия.

Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию. Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Нале-ВО», «Кругом». Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела да впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

Разучивание строевой стойки

1. Выполнение этого подготовительного упражнения осуществляется по команде "Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА, носки свести, делай – РАЗ" и т.д. После одиночной тренировки применить попарную тренировку, для чего произвести расчет отделения на

первый и второй и подать команду: "Первые номера налево, а вторые напра – ВО", затем: "Первые номера проверяют, вторые выполняют – к попарной тренировке – ПРИСТУПИТЬ".

2. Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед, подбирание живота, развертывание плеч и опускание рук посередине бедра:

Начиная это упражнение, необходимо сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжить дыхание с приподнятой грудью. Приподнять грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опускаются так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер. Разучивание этого подготовительного упражнения производить по команде: " Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать живот, делай – РАЗ, принять первоначальное положение, делай – ДВА".

3. Слитная тренировка всех элементов строевой стойки.

Подать команду: "СТАНОВИСЬ", "СМИРНО". Проверить правильность выполнения строевой стойки для чего необходимо приказать обучаемым подняться на носки. Если строевая стойка принята правильно, то все обучаемые легко, без наклона вперед выполнят команду. Или подать команду: "Поднять носки, делай – РАЗ". Те, кто принял правильную строевую стойку, носки поднять не смогут.

Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не на середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра.

Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед.

Голова опушена, выставлен подбородок.

Разучивание поворотов на месте

1. Поворот направо разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: "Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА". Следить за тем, чтобы обучаемые по первому счету, резко повернувшись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке, и не сгибали ног в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть, как при строевой стойке. При неправильном или нечетком выполнении элемента по счету "раз" подается команда "Отставить". По счету "делай – ДВА" кратчайшим путем приставить левую ногу, не сгибая ее в колене. Разучив поворот направо по разделениям, приступить к разучиванию его в целом. Для этого подать команду "Напра-ВО" и сопровождать подсчетом вслух "РАЗ, ДВА". Изучение приема можно продолжить под счет самих обучаемых или под барабан.

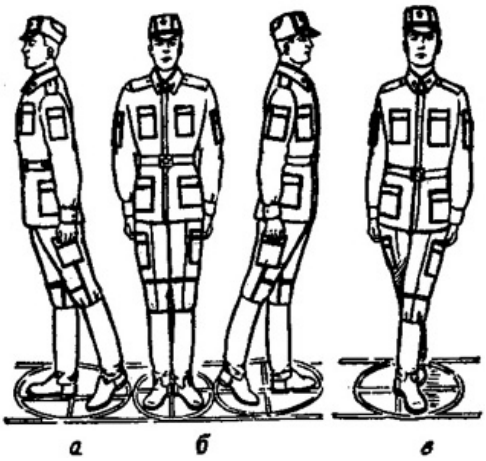
2. Поворот налево разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: "Налево, по разделениям, делай – РАЗ". Обучаемые должны повернуться на левом каблуке и правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками. По счету "делай – ДВА"правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни.

3. Поворот кругом выполняется по команде "Кру – ГОМ" также, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180 градусов. По команде "Кругом, по разделениям, делай – РАЗ" надо резко повернуться на левом каблуке и правом носке, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на каблук левой ноги, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса. По счету "делай – ДВА" надо кратчайшим путем приставить правую ногу к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни. Добившись правильного выполнения приема по разделениям перейти к тренировке обучаемых в выполнении поворота кругом в целом.

Во время поворота ноги (нога) сгибаются в коленях.

Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра.

Нога приставляется не кратчайшим путем.



Положение ног при повороте:
а – направо; б – налево; в - кругом

Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом — МАРШ» (в движении «Строевым — МАРШ»), а движение походным шагом — по команде «Шагом — МАРШ». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.
На практическом занятии осуществляется:

Последовательность обучения движению строевым шагом рекомендуется следующая:
- тренировка в движении руками;
- тренировка в обозначении шага на месте;
- тренировка в движении строевым шагом на четыре счета;
- тренировка в движении строевым шагом на два счета;
- тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (со скоростью 50-60 шагов в минуту);
- тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе по разметке строевой площадки.

Разучивать, строевой шаг рекомендуется, по элементам применяя, для этого подготовительные упражнения.

Первое подготовительное упражнение - движение руками, подается команда «движение руками, делай РАЗ, делай - ДВА». По счету «делай - РАЗ» обучаемые должны согнуть правую руку в локте, производя движение ею от плеча около тела так, чтобы кисть руки поднялась на ширину ладони выше пряжки пояса и находилась на расстоянии ладони от тела; одновременно левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук должны быть полусогнуты, а локоть правой руки слегка приподнят. По счету «делай ДВА» обучаемые должны произвести движение левой рукой вперед, а правой начиная от плеча, назад до отказа.

Второе подготовительное упражнение - обозначение шага на месте производится по команде «На месте, шагом - МАРШ». По этой команде обучаемые поднимают ногу на 15-20 см от земли и ставят ее на землю на всю ступню.
Для отработки подготовительного упражнения для рук с шагом на месте преподаватель подает команду «движение руками с шагом на месте, делай - РАЗ, делай - ДВА». В период тренировки особое внимание обращается на правильное движение и положение рук.

Третье подготовительное упражнение - движения строевым шагом по разделениям на четыре и на два счета по команде «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом - Марш». После команды «МАРШ» считает: «РАЗ, два, три, четыре; РАЗ, два, три, четыре» и т.д. Счет, раз - произносится громко.

После отработки подготовительного упражнения на четыре счета преподаватель повторяет это же движение на два счета, для чего подает команду «Строевым шагом, по разделениям на два счета, шагом - МАРШ» и считает: «раз, два; раз, два» и т.д. Под счет «раз» выполняется шаг под счет «два - выдержка».

При обучении движению строевым шагом необходимо добиться, чтобы обучаемые, при движении не раскачивались из стороны в сторону. Причина раскачивания - неправильная постановка ног при движении: вместо того, чтобы ставить ноги внутренней частью стоп по оси движения, ставят их в стороны, при этом центр тяжести тела с каждым шагом смещается то вправо, то влево.

Если обучаемый при движении строевым шагом, как бы подпрыгивает, ему надо указать на его ошибку и потребовать, чтобы он переносил тяжесть тела с ноги на ногу, равномерно, а не рывками. Нельзя допускать при движении заноса одной ноги за другую.

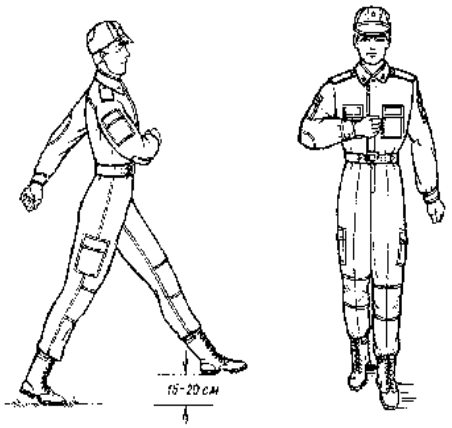


Рис. 3. Движение строевым шагом

Нарушается координация движения рук и ног.
Голова опущена вниз.
Движение руками около корпуса производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях.
Движение рук вперед производится значительно выше (ниже) установленной высоты, при этом локоть находится не на уровне кисти руки, а при движении назад рука отводится не до отказа в плечевом суставе.
Не оттянут носок вынесенной вперед ноги.
Ноги не ставятся твердо на всю ступню.
Нарушается строевая стойка.
Темп движения значительно меньше (больше) 110-120 шагов в минуту.

Контрольные вопросы:

1. Для чего нужна строевая подготовка?
2. Когда принимается строевая стойка?
3. Какая команда подается для принятия строевой стойки?
4. Какая команда подается для выполнения поворотов?
5. Для чего применяется строевой шаг?
6 Высота подъема ноги при строевом шаге?
7. Какая команда подается для движения строевым шагом?
8. Какая команда подается для движения походным шагом?

Литература:

1. А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобра-

зоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.
2. Строевой устав ВС РФ.

Практическая работа №6

Тема: Огневая подготовка

Цель: Ознакомление обучаемых с порядком проведения неполной разборки и сборки автомата. Формирование навыков умелого обращения с оружием.

Воспитание чувства гордости за Отечественное оружие

Задачи: Выработать практические навыки в проведении неполной разборки и сборки автомата.

Продолжительность – 1 час

Оборудование: Автомат АК-74, стол для сборки-разборки оружия, руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Ход выполнения задания:

Разборка автомата может быть неполная и полная:

- неполная разборка применяется для чистки, смазки и осмотра автомата;
- полная разборка применяется для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

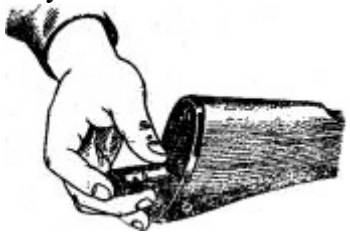
Разборку и сборку автомата производить на столе или чистой подстилке; части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов. При сборке автомата сличить номера на его частях; у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

1. Порядок неполной разборки автомата.

Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

Вынуть пенал с принадлежностью из гнезда приклада. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку. У автомата со складывающимся прикладом пенал носится в кармане сумки для магазинов.



Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается

пользоваться выколоткой.

Отделить у автомата дульный тормоз-компенсатор. Утопить отверткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки (со ствола), вращая его против хода часовой стрелки.

Отделить крышку ствольной коробки. Левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крыш-

ку.

Отделить возвратный механизм. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от

ствольной коробки.

Отделить затвор от затворной рамы. Взять затворную раму в левую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из

фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

Отделить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки. Повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубка газовой каморы.

2. Порядок сборки автомата после неполной разборки.

Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой каморы и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении. Левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.

Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

Присоединить дульный тормоз-компенсатор. Навернуть дульный тормоз-компенсатор на резьбовой выступ основания мушки (на ствол) до упора.

Присоединить, шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

Присоединить магазин к автомату. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Контрольные вопросы:

1. Назначение и ТТХ АК-74?
2. В каких случаях производится неполная и полная разборка и сборка АК-74?
3. Назначение частей АК-74?

Литература:

1. Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).ъ

2. А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Тематика творческих проектов по ОБЖ

1. Основные понятия и значение пожарной безопасности
2. Инфекционные болезни, отравления

3. Курение, способы бросить курить
4. Чрезвычайные ситуации, угрожающие безопасности окружающей среды
5. СПИД — предупредить, предотвратить
6. Военная служба ее специфика.
7. Здоровый образ жизни залог счастливого будущего
8. Техника безопасности при работе на предприятии
9. Основные способы защиты населения и территорий от последствий ЧС
10. Окружающая среда и человек
11. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (ЧС)
12. Основы поведения учащихся в ЧС
13. ЧС техногенного и природного характера.
14. Проведение мероприятий по эвакуации в ЧС
15. Противопожарные мероприятия
16. Радиационная опасность
17. Техногенные катастрофы
18. Эпидемия гриппа, защита от вирусов
19. Химическая тревога
20. Вредные факторы, влияющие на здоровье
21. Влияние алкоголя на нервную систему
22. Поражение радиацией
23. Генетические последствия облучения
24. Разумное чередование труда и отдыха
25. Рациональное питание
26. Организация и планирование эвакуации
27. Защита рабочих от шума
28. Требования к искусственному освещению
29. Управления в чрезвычайных ситуациях
30. Психологические аспекты деятельности в чрезвычайных ситуациях
31. Средства и способы тушения пожара
32. Система противопожарной защиты

Итоговый тест по курсу ОБЖ за 10 класс

Вопросы к контрольной работе:

1. С какой целью создаётся система оповещения населения при угрозе возникновения ЧС?
2. Какая уголовная ответственность предусмотрена за совершения террористического акта?
3. Что на ваш взгляд, является первоочередной задачей спасателей при прибытии в зону ЧС? Обоснуйте свой ответ.
4. Как безопасность повседневной военной службы зависит от состояния внутреннего порядка в воинском коллективе. Свой ответ обоснует.
5. Почему часовой подчиняется только начальнику и помощнику начальника караула и своему разводящему? Свой ответ обоснует.