

Рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
(базовый уровень)
11 класс
Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 11-х классов разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования на основе авторской учебной программы (авторы программы – А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов, В.А.Васнев), рекомендованной Министерством общего и профессионального образования Российской Федерации (письмо №714/11-12 от 14.05.99 года) и предназначена для реализации Государственных требований к уровню подготовки выпускников средней (полной) школы

Содержание программы курса ОБЖ для 11-х классов обсуждено и утверждено на заседании методического совета Информационно-методического центра Управления образования администрации Северодвинска (протокол №2 от 7.12.2001 года), данная программа рекомендована для использования в учреждениях полного (среднего) образования г. Северодвинска.

В соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10-11-х классах 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 в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа 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: оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Содержание учебной программы для учащихся 11 классов

Программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям:

Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Глава 1 . Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Тема 1.1. Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров.

Тема 1.2 Правила личной безопасности при пожаре.

Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

Тема 1.2 Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года.

Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и не оборудованных местах.

Модуль II(М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни .

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Глава 3. Нравственность и здоровье.

Тема 3.1. Правила личной гигиены и здоровье.

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

Раздел 5.Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Глава 4. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Тема 4.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи.

Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи.

Тема 4.2 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой медицинской помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.

Тема 4.3. Первая медицинская помощь при ранениях .

Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

Тема 4.4. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.

Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи.

Тема 4.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

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

Тема 4.5 Первая медицинская помощь при травмах

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, их профилактика. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, области таза при повреждении позвоночника.

Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства.

Раздел 6. Основы обороны государства.

Глава 6. Символы воинской чести

Тема 6.1 Боевое знамя воинской части– символ воинской чести, достоинства и славы.

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

Тема 6.2 Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

6.3 Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

Глава 7. Воинская обязанность.

Тема 7.1. Основные понятия о воинской обязанности

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

Тема 7.2. Организация воинского учета и его предназначение.

Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету.

Тема 7.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение. Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям. Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения, водительские должности, технические и прочие воинские должности.

Тема 7.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Основное направление добровольной подготовки граждан к военной службе. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям. Предназначение подготовки по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности.

Тема 7.5. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

Тема 7.6. Порядок прохождения военной службы по призыву. Увольнение с военной службы.

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы.

Раздел 7. Основы военной службы.

Глава 8 . Особенности военной службы.

Тема 8.1. Правовые основы военной службы.

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы.

Тема 8.2. Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей.

Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Обоснование некоторых ограничений прав и свобод военнослужащего. Время, с которого граждане приобретают статус военнослужащего. Военные аспекты международного права.

Тема 8.3. Права и ответственность военнослужащих.

Обязанности военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих. Дисциплинарная ответственность. Материальная ответственность военнослужащих. Гражданско-правовая ответственность военнослужащих. Преступления против военной службы.

Тема 8.6. Общевоинские уставы

Общевоинские уставы — это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Предназначение Устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение Устава гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение Строевого Устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения

Тема 8.7 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.

Глава 9 Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества

Тема 9.1 Основные обязанности военнослужащих

Основные обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные.

Глава 11 Прохождение военной службы по призыву

Тема 11.1. Прохождение военной службы по призыву

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Время военной службы, воинские звания военнослужащих ВС РФ.

Тема 11.2 Прохождение военной службы по контракту

Особенности военной службы по контракту Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.

Тема 11.3 Альтернативная гражданская служба

Значение АГС, сроки прохождения АГС, права и обязанности граждан проходящих гражданскую службу.

Учебно-тематический план

предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». 11 класс

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	3
Р-I	<i>Основы комплексной безопасности</i>	3
Глава 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	3
М -II	Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни	10
Р - V	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</i>	10
Глава 4	Первая помощь при неотложных состояниях.	10
М- III	Обеспечение военной безопасности государства	20
Р - VI	<i>Основы обороны государства</i>	11
Глава 6	<i>Символы воинской чести</i>	5

Глава 7	Воинская обязанность	6
Р- VII	<i>Основы военной службы</i>	10
Глава 8	Особенности военной службы	5
Глава 9	Военнослужащий- вооруженный защитник Отечества	1
Глава 10	Ритуалы Вооружённых сил РФ	1
Глава 11	Прохождение военной службы по призыву	1
Глава 12	Прохождение военной службы по контракту	2
Итого		34

ПРОГРАММА «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» ДЛЯ ДЕВУШЕК (11 КЛАССЫ)

Пояснительная записка

Учебная программа для старшеклассниц (учащихся 11 классов) по основам медицинских знаний и здорового образа жизни разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и требованиями постановления Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 года № 1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» на основе примерной программы «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» авторов А.Т.Смирнова, П.В.Ижевского, Б.О.Хренникова, М.В.Маслова. Программа предназначена для проведения с девушками, учащимися в 11 классах общеобразовательного учреждения среднего (полного) общего образования, занятий по углубленному изучению основ медицинских знаний.

Программа состоит из одного раздела и пяти тем.

Раздел I «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» состоит из пяти тем и предназначен для проведения занятий в 11 классе. Занятия по разделу проводятся в урочное время, в объеме 25 часов, в период, когда с юношами изучаются темы «Воинская обязанность», «Особенности военной службы», «Военнослужащий – защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил».

Изучение данной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- *освоение* знаний о демографической ситуации в России; о репродуктивном здоровье женщины; о социальной роли женщины в современном обществе; о факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на репродуктивное здоровье женщины; о здоровом образе жизни и его влиянии на репродуктивное здоровье; о правовых аспектах взаимоотношения полов; об основах семейного права в Российской Федерации; о способах и правилах оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- *воспитание* у девушек чувства ответственности за состояние личного здоровья, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, готовности к семейной жизни, к соблюдению норм семейной жизни и к исполнению обязанностей родителей

- *развитие* черт личности, необходимых для создания благополучной семьи, установления гармонических отношений в семье и создания благоприятных условий для рождения и воспитания детей;

- *овладение* умениями строить свои взаимоотношения с родителями, старшими, сверстниками и сверстниками противоположного пола; формировать свою индивидуальную систему здорового образа жизни, обеспечивающую духовное, физическое и социальное благополучие; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

Занятия по данной программе проводят преподаватели, прошедшие специальную подготовку по основам медицинских знаний и здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях дополнительного образования.

По итогам изучения данной программы в 11 классе учащимся выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации выпускников.

В результате изучения программы ученица должна

знать:

- общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье;
- о демографической обстановке в России и ее влиянии на безопасность государства;
- о социальной роли женщины в современном обществе;
- о здоровом образе жизни и его составляющих;
- о влиянии здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;
- о влиянии неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;
- о вредных привычках, их последствиях и мерах по их профилактике;
- об основах семейного права в Российской Федерации;
- о правах и обязанностях родителей и о правах ребенка;

уметь:

- кратко изложить основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- объяснить связь репродуктивного здоровья общества с демографической обстановкой в стране;
- перечислить основные направления жизнедеятельности женщины, определяющие ее социальную роль в современном обществе;

- обосновать влияние состояния здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;
- дать оценку влияния вредных привычек на благополучие человека и семьи;
- перечислить основные меры профилактики злоупотребления психоактивными веществами;
- коротко изложить основы семейного права в Российской Федерации, определяющие правовые взаимоотношения полов;
- перечислить основные функции семьи в современном обществе;

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

- сохранения и укрепления репродуктивного здоровья в реальной окружающей среде;
- профилактики вредных привычек;
- соблюдения режима дня, труда, отдыха и рационального питания;
- соблюдения норм личной и общественной гигиены;
- предотвращения ранних половых связей и профилактики инфекций, передаваемых половым путем;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

УЧЕБНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

учебной программы для девушек

"Основы медицинских знаний и здорового образа жизни"

(11 класс)

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	На раздел	На тему
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	25	
1.	Здоровье и здоровый образ жизни		5
1.1	Общее понятие о здоровье		2
1.2	Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России		1
1.3	Социальная роль женщины в современном обществе		1
1.4	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества		1
2.	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие		8
2.1	Женская половая система и ее функционирование		1
2.2	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка		1
2.3	Влияние окружающей среды на здоровье человека		2
2.4	Вредные привычки и их влияние на здоровье		2
2.5	Ранние половые связи и их последствия для здоровья		1
2.6	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики		1
3.	Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни		7
3.1	Стресс и его воздействие на человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для человека		1
3.2	Режим дня, труда и отдыха		1
3.3	Рациональное питание, его значение для здоровья		2
3.4	Влияние двигательной активности на здоровье человека		1
3.5	Закаливание и его влияние на здоровье человека		1
3.6	Правила личной гигиены и здоровье человека		1
4.	Правовые аспекты взаимоотношения полов		3
4.1	Брак и семья. Культура брачных отношений		1
4.2	Основы семейного права в Российской Федерации		1
4.3	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»		1
5.	Беременность и уход за младенцем		2
5.1	Беременность и гигиена беременности		1
5.2	Уход за младенцем		1
Всего часов		25	

Содержание программы

«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

для девушек (11 класс)

1. **Здоровье и здоровый образ жизни**
- 1.1 **Общие понятия о здоровье**

Определение здоровья человека. Общественное здоровье. Индивидуальное здоровье. Физическое здоровье.

Факторы, влияющие на здоровье и благополучие. Физические и духовные факторы.

1.2 Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России

Рождаемость и смертность. Продолжительность жизни. Состояние здоровья детей дошкольного и школьного возраста.

1.3 Социальная роль женщины в современном обществе

Духовная и физическая привлекательность, высокая нравственность, интеллектуальность, участие в общественной жизни, создание прочной семьи.

1.4 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Факторы, отрицательно влияющие на здоровье.

Привлекательность системы здорового образа жизни.

2. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие

2.1 Женская половая система и ее функционирование

Женские половые органы. Менструация. Физиологические процессы, происходящие при оплодотворении. Беременность и формирование плода. Факторы, способствующие рождению здорового ребенка. К каким специалистам следует обращаться за помощью.

2.2 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка

Наследственные болезни. Хромосомные болезни. Мультифакториальные болезни. Заболевания, при наличии которых противопоказана беременность женщины.

Резус-фактор. Резус-положительная и резус-отрицательная кровь. Важность регулярной медицинской консультации.

2.3 Влияние окружающей среды на здоровье человека

Зависимость уровня жизни от состояния окружающей среды.

Основные источники загрязнения атмосферы. Загрязнители воздуха и почв. Радиоактивное загрязнение. Загрязнение вод.

Влияние деградации окружающей природной среды на здоровье человека и состояние генетического фонда общества. Мутагенез - процесс изменения генов под воздействием окружающей среды.

Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорожденного. Антимутагены.

2.4 Вредные привычки и их влияние на здоровье

Влияние окружающей среды и образа жизни на репродуктивное здоровье женщины. Алкоголь и его влияние на репродуктивную функцию женщины. Табакокурение и его влияние на организм. Наркотики, токсикомания и их влияние на духовное и физическое здоровье женщины. Основные признаки отравления алкоголем и наркотиками, первая помощь при отравлении.

Вредные привычки матери и их влияние на здоровье новорожденного ребенка.

2.5 Ранние половые связи и их последствия для здоровья

Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины, опасность заражения венерическими болезнями и СПИДом. Нежелательная беременность. Профилактика заражения венерическими заболеваниями нежелательной беременности. Аборт и его последствия.

2.6 Инфекции, передаваемые половым путем. Меры профилактики.

Венерические болезни. Самая страшная венерическая болезнь - сифилис. Его симптомы.

Гонорея, генитальный герпес, хламидиоз, трихомоноз, их симптомы.

ВИЧ-инфекция и синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД). Шесть стадий ВИЧ-инфекции. Меры профилактики СПИДа.

3. Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения и укрепления репродуктивного здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни.

3.1 Стресс и его воздействие на человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для человека.

Стресс – состояние напряжения, возникающее у человека под влиянием сильных воздействий.

Три стадии общего адаптационного синдрома.

Двойной хронический стресс – дистресс.

Умение преодолевать стресс и решать эмоциональные проблемы.

3.2 Режим дня, труда и отдыха

Режим труда и отдыха, профилактика переутомления.

Зависимость работоспособности от биологических ритмов.

Самоконтроль. Его субъективные и объективные показатели.

3.3 Рациональное питание, его значение для здоровья

Питательные вещества. Углеводы. Жиры. Белки. Витамины. Минеральные вещества.

Общая энергетическая ценность рациона человека.

Теории видового и раздельного питания.

Гигиена питания.

3.4 Влияние двигательной активности на здоровье человека

Роль физической культуры при подготовке человека к активной плодотворной жизнедеятельности.

Скоростные и силовые качества.

Выносливость. Гибкость.

3.5 Закаливание и его влияние на здоровье человека

Способность организма человека приспосабливаться к меняющимся условиям окружающей среды.

Методы закаливания – обтирание водой, обливание.

Тренировка системы терморегуляции. Моржевание.

Воздушные ванны – самый доступный способ закаливания.

Хождение босиком.

3.6 Правила личной гигиены и здоровье человека

Определение гигиены.

Личная гигиена и ее правила.

Гигиена кожи, зубов и волос.

Гигиена одежды и обуви.

4. Правовые аспекты взаимоотношения полов

4.1 Браки и семья. Культура брачных взаимоотношений

Семья. Браки. Факторы, определяющие взаимоотношения супругов.

Основные функции семьи – репродуктивная, воспитательная, экономическая.

Уважение личности и личного мнения собеседника, умение ценить решение другого. Дружеские отношения, симпатия, любовь, близость. Умение выражать свои чувства и эмоции. Проявления дружбы и любви, умение выражать друг другу искреннюю признательность, оказывать друг другу знаки внимания.

Семейный досуг.

4.2 Основы семейного права в Российской Федерации

Семья в современном обществе, основные функции семьи. Семейный кодекс Российской Федерации, осуществление семейных прав и исполнение семейных обязанностей. Условия и порядок заключения брака. Брачный возраст. Права и обязанности супругов. Права несовершеннолетних детей. Права и обязанности родителей.

Прекращение брака.

4.3 Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Алиментные обязанности детей и родителей. Права несовершеннолетних Родителей.

Родительские права.

5. Беременность и уход за младенцем

5.1 Беременность. Гигиена беременности

Желанный ребенок. Подготовка к беременности, зачатие. Периоды беременности и состояние матери. Развитие плода. Дородовый уход, гигиена питания, физические упражнения.

Влияние курения, алкоголя и приема лекарственных препаратов на развитие плода. Проблемы, связанные с беременностью (токсикоз, врожденные уродства, преждевременные роды, выкидыш). Роды.

5.2 Уход за младенцем

Характеристика возрастных периодов детей: грудной, дошкольный, школьный возраст. Обеспечение правильного временного режима младенцев (бодрствование, сон, ритм кормления, купание).

Ответственное родительство. Зависимость благополучия семьи и молодой женщины от уровня здоровья ее детей.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

А. Оценка устного ответа.

Отметка «5» - ответ полный и правильный на основании изученных разделов учебного материала; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком; ответ самостоятельный.

Отметка «4» - ответ полный и правильный на основании изученных разделов учебного материала; материал изложен в определенной логической последовательности, но при этом допущены две-три несущественные ошибки, исправленные по требованию учителя.

Отметка «3» - ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка; ответ неполный, построен несвязно.

Отметка «2» - при ответе обнаружено непонимание учащимся основного содержания учебного материала; допущены существенные ошибки, которые учащийся не может исправить при наводящих вопросах учителя.

Отметка «1» - отсутствие ответа.

Б. Оценка ответа на контрольный тест по изученной теме (как правило, в тесте 5 вопросов, на которые даны по 3 варианта ответов).

Отметка «5» - ответ правильный на все вопросы теста; ответ самостоятельный.

Отметка «4» - допущена одна ошибка, неоговоренные исправления в тесте, по которым затруднено понимание правильности ответа.

Отметка «3» - допущены две ошибки.

Отметка «2» - допущено три ошибки или выявлено, что обучающийся выполнил работу не самостоятельно, допускал разговоры и обсуждения вопросов теста с товарищами.

Список литературы для обучающихся

Для изучения курса ОБЖ в 11 классах рекомендуется использовать:

- Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни /А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под общ. ред. А.Т.Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение», - 9-е изд. - М.; Просвещение, 2009.

Дополнительные учебники:

- Основы безопасности жизнедеятельности. 11класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под общ. ред. А.Т.Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение», - 2-е изд. - М.; Просвещение, 2010.

- Смирнов А.Т. Основы военной службы; Учеб. пособие / А.Т.Смирнов, В.А.Васнев, - М.; Дрофа, 2004.

- Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10 – 11 кл. общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В.Ижевский: Под общ. ред. А.Т.Смирнова. – М.; Просвещение, 2009.

Для изучения предмета ОБЖ на ступени среднего (полного) образования, как федерального компонента, рекомендуется использовать учебники, включенные в Федеральные перечни учебников, учебно-методических и методических изданий, рекомендованных (допущенных) Минобразованием России к использованию в образовательных учреждениях.

Список литературы для учителей

- Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 1 – 11 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. 3-е издание. Москва. Просвещение. 2008.

- Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Кн. для учителя / Сост. А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин; Под общ. ред. А.Т.Смирнова. – М.; Просвещение. 2001.

- Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Поурочные планы по учебнику А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина, В.А.Васнева. Автор-составитель В.А.Шкенов. Волгоград. Издательство «Учитель»;

- Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. Метод. пособие. – М.; Дрофа; ДИК. 2000.

- Основы подготовки к военной службе. Метод. материалы и док. Кн. Для учителя / сост. В.А.Васнев, С.А.Чинённый. М.; Просвещение, 2003.

- Тематический контроль по ОБЖ. «Безопасность жизнедеятельности». Учебное пособие / Тупикин Е.И. – М.; Интеллект-центр, 2005.

- Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности. / Авт.-сост. Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, Б.И. Мишин, М.И. Хабнер. – М.; Дрофа, 2001.

- Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 классы. Пособие для преподавателей-организаторов курса «Основы безопасности жизнедеятельности» общеобразоват. учреждений / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов. Под общ. ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2002.

- Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 кл. учеб.- метод. пособие / В.Н.Латчук, С.К.Миронов. – 2-е изд. стереотип. – М.:Дрофа, 2005.

- Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл., учебно-метод. пособие / С.С.Соловьев. – М. Дрофа, 2005.

- Новые Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – Новосибирск; Сиб. унив. изд-во, 2008.

- Уголовный кодекс Российской Федерации. – М.; Издательство «Экзамен», 2007.

- Наставления по стрелковому делу. М. Воениздат. 1985 г.