

Приложение к ООП ООО (ФКГОС СОО)
МБОУ «Ново-Ленинская СОШ»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ново-Ленинская средняя общеобразовательная школа»

Рабочие программы учебных предметов и курсов, предусмотренных основной
образовательной программой среднего общего образования

<i>№ п/п</i>	<i>Название рабочей программы</i>	<i>Стр.</i>
	<i>Образовательная область ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА</i>	
<i>1</i>	<i>Рабочая программа по предмету Физическая культура</i>	<i>1-18</i>
<i>2</i>	<i>Рабочая программа по предмету ОБЖ</i>	<i>19-32</i>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НОВО-ЛЕНИНСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Утверждена приказом директора школы
МБОУ «Ново - Ленинская СОШ»
№ 61/20 от 31 августа 2020г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

для 11 класса
срок реализации программы: 1 год.

Разработчики:

Хунданов Анатолий Павлович, учитель
физической культуры и ОБЖ,
Хамгушкеев Николай Матвеевич, учитель
физической культуры, высшая
квалификационная категория;
Иванов Валерий Петрович, учитель
физической культуры,
Шакирова Земфира Григорьевна
учитель физической культуры,
высшая квалификационная категория.

Ново - Ленино
2020год

1. Пояснительная записка

Целью реализации основной образовательной программы среднее общее, 11 класса

общего образования по учебному предмету «физическая культура» является

усвоение содержания учебного предмета «физическая культура» и достижение

обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГК ГОС) среднее общее, 11 класс общего образования и основной образовательной программой среднее общее, 11 класс общего образования образовательной организации

Программа рассчитана на 102 часа на 2020-2021 учебный год.

Рабочая программа составлена на основе требований освоения основной образовательной программы МБОУ «Ново-Ленинская СОШ», реализующей Программа разработана на основе ФК ГОС СОО:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минобрнауки от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- постановления главного санитарного врача от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (действовали до 1 января 2021 года);
- Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24.12.2018 года);
- приказа Минобрнауки от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- приказа Минобрнауки от 09.03.2004 № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
- учебного плана МБОУ «Ново-Ленинская СОШ», утверждённого приказом от 31.08.2020 № 62/12 «О внесении изменений в основную образовательную программу НОО, ООО, СОО».

Задачи учебного предмета:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Технологии, используемые в обучении: здоровьесбережения, игровые, соревновательные, личностно - ориентированный, ИКТ- технологии, технология уровневой дифференциации, групповые.

Цель: формирование ЗОЖ, научить полученные знания в повседневной жизни.
(перечислить, написать, каких целей помогают достичь обучающимся)

Методы контроля:

Фронтальный опрос, фиксирование результата, оценка действий, учёт результата, фиксирование пульса, корректировка техники и тактики.

Цель – оценка результатов учения, уровня усвоения материала, сформированность умений и навыков

Формы контроля:

- 1.Предварительный контроль - в начале учебного года.
- 2.Оперативный контроль предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия с целью целесообразного чередования нагрузки и отдыха.
- 3.Этапный контроль - для получения информации о суммарном тренировочном эффекте, полученном на протяжении одной учебной четверти или семестра.
- 4.Итоговый контроль - в конце учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебного процесса, степени решения поставленных задач, выявление положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его составляющих.

Цель: привитие навыков и умений самоконтроля которые позволят обучающимся:

- лучше познавать самих себя;
- научиться следить за собственным здоровьем;
- своевременно заметить степень усталости от умственной работы или физической тренировки, опасность переутомления и заболевания;
- определить, сколько времени требуется для отдыха и восстановления умственных и физических сил.

Формы промежуточной аттестации: итоговый контрол

Пособие для обучающегося: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. Методическое пособие. Авторы П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва, Е.П. Киселёва. – М: «Планета»,2013г.

Методическое пособие по прикладной гимнастике и общеразвивающим упражнениям. Составители А.Ф. Задорожний, Н.Н. Задорожня. – Ростов-на-Дону: РГПУ, 1999г.

Пособие для педагога:

Программа для общеобразовательных учреждений « Физическая культура» 1-11 классы. В. И. Лях, А. А. Зданевич, М., 2012г., Издательство «Просвещение». правочник учителя физической культуры. Авторы: П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. Волгоград: Учитель, 2012г.

- Физическая культура. Тестовый контроль. 10 – 11 классы. В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2012г.

Учебник: Учебник по физической культуре для 10 – 11 классов. Автор В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016г.

- Методики и материалы к урокам «Физическая культура». Волгоград: Учитель, 2012г.

- Техника безопасности и охрана здоровья в общеобразовательных учреждениях. Практическое пособие. М.М.Масленников. – М.: АРКТИ, 2006г.

Электронные образовательные ресурсы:

Цель использования ИКТ: учащиеся к заинтересованности, активизации познавательной деятельности, углублению метапредметных связей.

-Образовательные сайты для учителей физической культуры

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

-Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

-Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

- Сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей" Образовательные сайты для учителей

физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

Цель использования ИКТ: учащиеся к заинтересованности, активизации познавательной деятельности, углублению метапредметных связей.

Контрольно-измерительные материалы

Для определения уровня физической подготовленности обучающихся используются контрольные упражнения (тесты). Контроль за физической подготовленностью обучающихся проводится два раза в учебном году.

2.Планируемые результаты учебного предмета

В результате изучения физической культуры на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

- правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности;

уметь:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;

- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;

- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

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

- повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья;
- организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха, участия в массовых спортивных соревнованиях;
- активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни;
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

2. Содержание учебного предмета.

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля

Социокультурные основы

- физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности;
- ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности: всесторонность развития личности; укрепления здоровья и содействие творческому долголетию;
- современное олимпийское и физкультурно – массовое движения, их социальная направленность и формы организации.

Психолого – педагогические основы

- способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий;
- основные технико – тактические действия и приёмы в игровых видах спорта;
- основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по видам спорта

Медико – биологические основы

- роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укреплении здоровья;
- основы техники безопасности и профилактики травматизма;
- основы организации двигательного режима, характеристика упражнений и подбор форм занятий;
- вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.

Закрепление навыков закаливания

- воздушные и солнечные ванны, обтирание, душ, купание в реке, хождение босиком, пользование баней.

Закрепление приёмов саморегуляции

- повторение приемов саморегуляции, освоенных в начальной и основной школе; аутогенная тренировка; психомышечная и психорегулирующая тренировки; элементы йоги.

Волейбол

- терминология игры, техника владения мячом, техника перемещений, индивидуальные, групповые и командные атакующие и защитные тактические действия, влияние игровых упражнений на развитие координационных и кондиционных способностей, психические процессы, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях спортивными играми.

Гимнастика

- основы биомеханики гимнастических упражнений. Их влияние на телосложение, воспитание волевых качеств. Особенности методики занятий с младшими школьниками. Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Оказание первой помощи при травмах.

Лёгкая атлетика

- биомеханические основы техники бега, прыжков и метаний. Основные механизмы энергообеспечения легкоатлетических упражнений. Виды соревнований по лёгкой атлетике и рекорды. Дозирование нагрузки при занятиях бегом, прыжками и метанием. Прикладное значение легкоатлетических упражнений. Техника безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Доврачебная помощь при травмах. Правила соревнований.

Лыжная подготовка

- правила проведения самостоятельных занятий. Особенности физической подготовки лыжника. Основные элементы тактики в лыжных гонках. Правила соревнований. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Первая помощь при травмах и обморожениях.

3. Тематическое планирование 11 класс (юноши)

№ п/п	Темы уроков	Количество часов
Легкая атлетика 18 часов		
1	Вводный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. Теория. Низкий старт.	1
2	Бег 30 метров с максимальной интенсивностью; удержание тела в висе на перекладине; подтягивание на перекладине низкой(д.); высокой(м.)	1
3	Закрепление техники прыжка в длину с места - учет	1
4	Подтягивание -учет	1
5	Низкий старт, стартовый разгон	1
6	Низкий старт, бег по дистанции	1
7	Низкий старт, финиширование	1
8	Бег на 100 метров на результат	1
9	Прыжки в длину с разбега	1
10	Прыжки в длину с 5-7 шагов	1
11	Прыжки в длину с 13-15 шагов	1
12	Прыжки в длину учет	1
13	Метание гранаты с разбегу	1
14	Метание гранаты 5-7 шагов	1
15	Метание гранаты учет	1
16	Кроссовая подготовка	1
17	Кроссовая подготовка	1
18	Кросс 2000м - учет	1
Волейбол 7 часов		
19	ТБ на уроках по волейболу. Волейбол: прием мяча сверху. Теория	1
20	Прием мяча снизу	1
2	Нападающий удар из зон 2,4	1
22	Учебная игра с заданием	1
2	Нападающий удар из зоны 3	1
24	Учебная игра с заданием	1

25/	Прием мяча сверху	1
Гимнастика 10 часов		
26	ТБ на уроках гимнастики. Теория	1
27	ОРУ Повороты в движении.	1
28	Вис согнувшись, вис прогнувшись	1
29	Перестроение из колонны по 1 в 4	1
30	ОРУ с гантелями	1
31	Подъем переворотом	1
32	Длинный кувырок через препятствия	1
33	Кувырок назад из стойки на руках	1
34	Стойка на руках. Развитие координации	1
35	Комбинация из разученных элементов.	1
Баскетбол 12 часов		
36	ТБ во время занятий баскетболом. Теория	1
37	Передвижение и остановка мяча	1
38	Передача мяча различными способами	1
39	Бросок мяча одной рукой в движении	1
40	Учебная игра с заданием	1
41	Передача мяча в тройках	1
42	Тактические действия в защите	1
43	Учебная игра с заданием. Тактические действия в нападении	1
44	Тактические действия в нападении	1
45	Учебная игра с заданием	1
46	Быстрый прорыв. Развитие скоростных способностей.	1
47	Развитие скоростных способностей.	1
Лыжная подготовка 12 часов		
48	ТБ на уроках лыжной подготовки. Теория	1
49	Попеременный двушажный ход	1
50	Одновременный одношажный ход	1
51	Прохождение дистанции 3 км. Техника лыжных ходов и переходов	1
52	Техника лыжных ходов и переходов	1
53	Спуски и подъемы, торможение.	1
54	Попеременный четырехшажный ход	1
55	Одновременный двушажный ход	1
56	Прохождение дистанции 3 км.	1
57	Первая помощь при обморожении.	1
58	Переход с одного хода на другой	1
59	Техника изученных ходов	1
Волейбол 17 часов		
60	ТБ на уроках по волейболу. Теория	1
61	Верхняя передача мяча в парах	1
62	Позиционное нападение	1

63	Развитие координационных способностей	1
64	Прямой нападающий удар	1
65	Учебная игра с заданием	1
66	Развитие координационных способностей	1
67	Комбинации из передвижений и остановок	1
68	Прямой нападающий удар	1
69	Верхняя передача мяча в парах	1
70	Учебная игра с заданием	1
71	Нападением через 3ю зону	1
72	Верхняя передача в прыжке	1
73	Учебная игра с заданием	1
74	Групповое блокирование	1
75	Нападение через 4ю зону. Учебная игра с заданием.	1
76	Учебная игра с заданием.	1
Баскетбол 5 часов		
77	Учебная игра с заданием. Тактические действия в нападении	1
78	Тактические действия в нападении	1
79	Учебная игра с заданием	1
80	Быстрый прорыв. Развитие скоростных способностей.	1
81	Развитие скоростных способностей.	1
Футбол 5 часов		
82	Закрепление удары головой серединой лба и боковой частью в прыжке и с разбега	1
83	Закрепление остановка мяча грудью, отбор мяча толчком плеча к плечу, подкатом	1
84	Закрепление обманные движения уходом, остановкой, ударом по мячу	1
85	Двусторонняя игра в футбол по основным правилам с привлечением к судейству учащихся	1
86	Игра в футбол по основным правилам с привлечением к судейству учащихся	1
Легкая атлетика 14 часов		
87	Прыжки в длину с 5-7 шагов	1
88	Прыжки в длину с 13-15 шагов	1
89	Прыжки в длину учет	1
90	Метание гранаты с разбега	1
91	Метание гранаты 5-7 шагов	1
92	Метание гранаты учет	1
93	Кроссовая подготовка	1
94	Кроссовая подготовка	1
95	Бег на 100 метров	1
96	Учётный урок. Бег 100 метров на результат	1
97	Учётный урок. Бег на 1000 метров на результат	1
98	Закрепление техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» и способом	1

99	Учётный урок. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» и способом «прогнувшись»	1
100/	Бег 3000 метров (м) без учёта времени на среднем темпе	1
Тест 2 часа		
101	Учётный урок: подтягивание в висе на перекладине (м). Учётный урок: прыжки в длину с места	1
102	Учётный урок: тест – наклон туловища вперёд из положения сидя, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, поднятие туловища из положения лёжа в положение сидя за 30 секунд. Итоги учебного года.	1

11 класс девушки

№ п/п	Раздел и тема урока	Количество часов, ч.
1	Правила ТБ на уроках	1
2	Низкий старт	1
3	30 м со старта	1
4	Прыжки в длину с места	1
5	Бег 60 м	1
6	Метание мяча на дальность	1
7	Круговая тренировка	1
8	Челночный бег	1
9	Учёт- 100м.	1
10	Метание гранаты на дальность	1
11	Бег 1000 м	1
12	Преодоление горизонтальных препятствий.	1
13	Бег в гору	1
14	Бег в равномерном темпе	1
15	Бег 2000 м	1
16	Иж по ТБ. Передвижение игрока	1
17	Передвижение и ост-ка игрока	1
18	Передачи мяча на месте.	1
19	Бросок от плеча	1
20	Зонная защита	1
21	Остановка игрока	1
22	Передачи с сопротивлением	1
23	Ведение с сопротивлением.	1
24	Бросок в кольцо	1
25	Ведение, бросок	1
26	Ведение, передача, бросок	1
27	Учебная игра	1
28	Учебная игра	1
29	Правила ТБ в спортзале	1
30	Верхняя передача.	1
31	Приём мяча снизу.	1
32	Нападающий удар.	1

33	Нападение через зону	1
34	Верхняя передача.	1
35	Приём мяча снизу.	1
36	Приём мяча от сетки	1
37	Верхняя передача.	1
38	Приём мяча двумя руками снизу	1
39	Прямой нападающий удар.	1
40	Верхняя передача в прыжке.	1
41	Игра по основным правилам	1
42	Правила ТБ на гимнастике	1
43	Длинный кувырок	1
44	Стойка на лопатках	1
45	Кувырок назад	1
46	Вис углом	1
47	Сед углом	1
48	Стойка на руках	1
49	Опорный прыжок	1
50	Комбинация из изученных элементов.	1
51	Т/Б на занятиях лыжами. Лыжные хода	1
52	Передвижение лыжными ходами	1
53	Попеременный двушажный ход.	1
54	Прохождение дистанции до 2 км.	1
55	Одновременный бесшажный ход.	1
56	Одновременный двушажный ход.	1
57	Повороты в движении.	1
58	Повороты при спусках	1
59	Повороты при спусках	1
60	Торможения при спусках	1
61	Верхняя передача в парах	1
62	Приём снизу	1
63	Верхняя передача в шаге	1
64	Верхняя передача в прыжке	1
65	Приём мяча снизу	1
66	Прямой нападающий удар	1
67	Одиночное блокирование	1
68	Групповое блокирование	1
69	Учебная игра	1
70	Штрафной бросок	1
71	Ведение с сопротивлением	1
72	Накрытие броска	1
73	Выбивание мяча	1
74	Вырывание мяча	1
75	Нападение через заслон	1
76	Учебная игра	1
77	Учебная игра	1
78	Игра по основным правилам	1
79	Передвижения полевого игрока	1

80	Остановки мяча.	1
81	Учебная игра	1
82	Ведение мяча	1
83	Удары по мячу.	1
84	Обманные движения	1
85	Отбор мяча.	1
86	Удары по воротам	1
87	Игра по основным правилам	1
88	Двухсторонняя игра	1
89	Бег на 100 м.	1
90	Подбор разбега в прыжке	1
91	Подбор отталкивания	1
92	Отработка приземления	1
93	Метание в цель	1
94	Низкий старт	1
95	Финиширование	1
96	Челночный бег.	1
97	Эстафетный бег	1
98	Метание на дальность	1
99	Метание гранаты	1
100	Метание ядра	1
101	Бег на 2000 м.	1
102	Круговая эстафета	1

Контрольно- измерительные материалы

Итоговый тест по физической культуре для 11 класса.

1. Почему античные Олимпийские игры назывались праздниками мира?
 - А) игры отличались миролюбивым характером
 - Б) в период проведения игр прекращались войны
 - В) в Олимпийских играх принимали участие атлеты всего мира
 - Г) Олимпийские игры имели мировую известность
2. Какая организация руководит современным олимпийским движением?
 - А) Организация объединенных наций
 - Б) Международный совет физического воспитания и спорта
 - В) Международный олимпийский комитет
 - Г) Международная олимпийская академия
3. За что движением «Фэйр Плэй» вручается почетный приз Пьера де Кубертена?
 - А) за честное судейство
 - Б) за победы на трех Олимпиадах
 - В) за честную и справедливую борьбу
 - Г) за большой вклад в развитие Олимпийского движения
4. Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?
 - А) метания
 - Б) прыжки
 - В) кувырки
 - Г) бег
5. Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?
 - А) сила
 - Б) выносливость
 - В) быстрота
 - Г) ловкость
6. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:
 - А) тяжелая атлетика
 - Б) гимнастика
 - В) современное пятиборье
 - Г) легкая атлетика
7. Назовите основные физические качества.
 - А) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота
 - Б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость
 - В) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость
 - Г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость
8. Основной и обязательной формой физического воспитания в школе является:
 - А) соревнование
 - Б) физкультурная пауза
 - В) урок физической культуры
 - Г) утренняя гимнастика
9. Александр Карелин – Чемпион Олимпийских игр в...
 - А) гимнастике
 - Б) боксе
 - В) плавании

Г) борьбе

10. Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как:

- А) хват
- Б) упор
- В) группировка
- Г) вис

11. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подняты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:

- а) хват
- б) захват
- в) пережат
- г) группировка

12. Положение занимающихся на согнутых ногах в гимнастике обозначается как...

- А) сед
- Б) присед
- В) упор
- Г) стойка

13. Какие из приведенных команд в гимнастике имеют только исполнительную часть?

1. «Равняйся!» 2. «Реже!» 3. «Кругом!» 4. «Вольно!» 5. «Смирно!»

- А) 1,2,3
- Б) 1,3,5
- В) 1,4,5
- Г) 2,4,5

14. Волейбол как спортивная игра появился в конце 19 века в

- А) Канаде
- Б) Японии
- В) США
- Г) Германии

15. Как осуществляется переход игроков в волейболе из зоны в зону?

- А) произвольно
- Б) по часовой стрелке
- В) против часовой стрелки
- Г) по указанию тренера

16. Игра в баскетболе начинается....

- А) со времени, указанного в расписании игр
- Б) с начала разминки
- В) с приветствия команд
- Г) спорным броском в центральном круге.

17. Укажите количество игроков баскетбольной команды, одновременно находящихся на площадке.

- А) 5
- Б) 6
- В) 7
- Г) 4

18. Что обозначает в баскетболе термин «пробежка»?

- А) выполнение с мячом в руках более одного шага
- Б) выполнение с мячом в руках двух шагов
- В) выполнение с мячом в руках трех шагов

- Г) выполнение с мячом в руках более двух шагов
19. Укажите количество игроков футбольной команды, одновременно находящихся на площадке?
- А) 8
 - Б) 10
 - В) 11
 - Г) 9
20. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?
- А) 9 м
 - Б) 10 м
 - В) 11 м
 - Г) 12 м
21. Какой из этих терминов обозначает в футболе нападающего?
- А) форвард
 - Б) голкипер
 - В) стоппер
 - Г) хавбек
22. Укажите аббревиатуру Международной федерации футбола?
- А) УЕФА
 - Б) ФИФА
 - В) ФИБА
 - Г) ФИЛА
23. Какая страна считается Родиной игры в футбол?
- А) Бразилия
 - Б) Испания
 - В) Германия
 - Г) Англия
24. Кто из наших футбольных вратарей становился лучшим игроком Европы – обладателем «Золотого мяча»?
- А) Яшин
 - Б) Дасаев
 - В) Овчинников
 - Г) Акинфеев
25. Назовите способ прыжка, которым преодолевают планку спортсмены на международных соревнованиях в прыжках высоту.
- А) «нырок»
 - Б) «ножницы»
 - В) «перешагивание»
 - Г) «фосбери-флоп»
26. К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится...
- А) бег на 5000 метров
 - Б) кросс
 - В) бег на 100 метров
 - Г) марафонский бег
27. Кросс – это –
- А) бег с ускорением
 - Б) бег по искусственной дорожке стадиона
 - В) бег по пересеченной местности
 - Г) разбег перед прыжком
28. В беге на длинные дистанции в легкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является...

- А) быстрота
- Б) сила
- В) выносливость
- Г) ловкость

29. Самая большая дистанция лыжных гонок на Чемпионате мира у мужчин –

- А) гонка на 30 км
- Б) гонка на 50 км
- В) гонка на 60 км
- Г) гонка на 70 км

30. Главный элемент тактики лыжника-

- А) старт
- Б) лидирование
- В) распределение сил
- Г) обгон

Контрольно-диагностические срезы

Данные срезы позволяют определить уровень физической подготовленности учащихся. Они направлены на диагностику развития основных физических качеств. Срезы проводятся 2 раза в год: в первой и четвертой четвертях.

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
1	Скоростные.	Бег 30м,60м,100м,1000м(юноши),500м(девушки) Прыжки на скакалке за 1 мин.
2	Координационные.	Челночный бег 3х10м.
3	Скоростно-силовые.	Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега. Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин.
4	Выносливость.	Бег 3000м. (юноши), 2000м (девушки).
5	Гибкость.	Наклон вперед из положения сидя.
6	Силовые.	Подтягивание, сгибание разгибание рук в упоре. Метание гранаты на дальность.

Оценка уровня физической подготовленности 11 класс (юноши).

Контрольное упражнение (тест)	Уровень физической подготовленности		
	высокий	средний	низкий
1.Бег 100м.	13,8	14,2	15,0
2.Бег 1000м.	3,30	3,50	4,20
3.Бег 3000м.	12,20	13,00	14,00
4.Челночный бег 3х10м.	8,0	8,4	9,0
5.Прыжок в длину с места.	230	220	200
6.Прыжок в длину с разбега.	400	380	340
7.Прыжок в высоту с разбега	150	140	130
8.Прыжки через скакалку за 1мин.	140	130	120
9.Наклон вперед из положения сидя	15	13	8
10.Подтягивание.	14	11	8
11.Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин.	55	49	45

12.Метание гранаты.	40	35	30
---------------------	----	----	----

Оценка уровня физической подготовленности 11 класс (девушки)

Контрольное упражнение (тест)	Уровень физической подготовленности		
	высокий	средний	низкий
1.Бег 30м.	4,8	5,3-5,9	61
2.Бег 60м.	9,2	9,8	10,0
3.Бег 1000м.	3,40	3,41-5,40	5,41
4.Челночный бег 3x10м.	8,4	8,7	9,3
5.Прыжок в длину с места.	190	180	170
6.Прыжок в длину с разбега.	380	340	310
7.Прыжок в высоту с разбегу	140	130	120
8.Прыжки через скакалку за 1мин.	145	140-115	110
9.Наклон вперед из положения сидя.	16	13	10
10. Поднимание туловища из положения лежа	27	26-17	16
11. Метание гранаты.	18	13	11
12.Метание набивного мяча	550	500	400

Лист корректировки рабочей программы
Предмет _____

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

**ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ (ЗАНЯТИЙ) С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Предмет: _____ Класс: ____ Учитель: _____
Средство коммуникации: _____

Да-та	Те-ма	Форма проведени-я	Используе-мые ресурсы	Домаш-нее задание	Форма представления результата	Дата, время представления результата	Форма текущей аттестации

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ново-Ленинская средняя общеобразовательная школа»

Утверждена приказом директора школы
МБОУ «Ново-Ленинская СОШ»
№ 61/20 от 31 августа 2020г.



Рабочая программа учебного предмета

ОБЖ

для 11 класса

срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Хунданов Анатолий Павлович,
учитель ОБЖ.

Ново-Ленино
2020 г

Пояснительная записка

1. Нормативная база

Рабочая программа составлена на основе требований освоения основной образовательной программы МБОУ «Ново-Ленинская СОШ», реализующей Программу разработана на основе ФК ГОС СОО. Рабочая программа по учебному предмету «Основам безопасности жизнедеятельности» на 2020/21 учебный год для обучающихся 11 классов МБОУ «Ново-Ленинская СОШ» разработана в соответствии с требованиями:

-Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-приказа Минобрнауки от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

-постановления главного санитарного врача от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (действовали до 1 января 2021 года);

-Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24.12.2018 года);

-приказа Минобрнауки от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» 10-11 класс;

- приказа Минобрнауки от 09.03.2004 № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;

- учебного плана МБОУ «Ново-Ленинская СОШ», утверждённого приказом от 31.08.2020 № 62/12 «О внесении изменений в основную образовательную программу НОО, ООО, СОО».

Уровень подготовки учащихся – базовый.

Место предмета в учебном плане – обязательная часть.

Для реализации программы используются пособия из УМК для педагога и обучающихся.

1.Для педагога: Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. Базовый уровень.

Предметная линия учебников под редакцией А.Т.Смирнова. 11 класс : Учебник для общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – 7-е изд. – М.; Просвещение, 2019.

-Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. Базовый уровень. Предметная линия учебников под редакцией А.Т.Смирнова. 11 класс : Учебник для общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – 7-е изд. – М.; Просвещение, 2019.

Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: проект. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 2011. – стандарты второго поколения)

2.Для обучающихся:

Учебник для общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – 7-е изд.

– М.; Просвещение, 2019г. -Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. Базовый и профильный уровни. Предметная линия учебников под редакцией А.Т.Смирнова. 11 класс : Учебник для общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – 4-е изд. – М.; Просвещение, 2013 г.

	11 класс
Количество учебных недель	34
Количество часов в неделю	1
Количество часов в год	34

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); (основание приказ Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427).

уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей) (основание приказа Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427).

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

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

3. Содержание учебного предмета 11 класс.

Защита Отечества – долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства. История создания Вооруженных Сил. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Виды Вооруженных Сил. Рода войск. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Ракетные войска Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение.

Основные рода, входящие в состав Сухопутных войск. Боевые возможности мотострелковых и танковых войск. Основные виды стрелкового оружия сухопутных войск.

Основные рода авиации, входящие в состав ВВС. Рода противовоздушных войск. Основные самолеты, состоящие на вооружении дальней авиации.

Основное предназначение ВМФ. Рода сил, флоты и флотилии ВМФ. Вооружение и военная техника ВМФ.

Основное предназначение и состав РВСН. Современное вооружение РВСН. Основное предназначение ВДВ. Боевые возможности и боевые подразделения, входящие в состав ВДВ.

Основное предназначение Космических войск. Силы и средства Ракетно-Космической обороны.

Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации. Спасательные воинские формирования. Основные задачи и предназначение.

Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Основные требования к индивидуально-психологическим профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские связи и наблюдения, водительские качества и др.). **Первоначальная постановка на воинский учет.** Отбор и подготовка граждан по военно-учетным специальностям. Требования к гражданину, решившему пройти подготовку по военно-учетной специальности.

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Медицинское освидетельствование. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке на воинский учет. **Призыв на военную службу.** Основные требования к индивидуально-психологическим профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей (командные, операторские связи и наблюдения, водительские качества и др.). **Общие обязанности и права военнослужащих.** Должностные и специальные обязанности военнослужащих. **Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.** Основные условия прохождения военной службы по призыву и контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по призыву и контракту. Сроки военной службы по призыву и контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. **Альтернативная гражданская служба.** Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. **Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.** Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личного составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Ритуал подъема и спуска

Государственного флага Российской Федерации. Особенности ритуалов.

Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

2. Основы военной службы -11 часов

Основные задачи и предназначение Вооруженных сил РФ в мирное и военное время. Участие Вооруженных сил РФ в миротворческих операциях как средство обеспечения национальной безопасности России. Нормативно-правовые основы участия России в миротворческих операциях. Подготовка и обучение военнослужащих миротворческого контингента. Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего–защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота. Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Конституция Российской Федерации и вопросы военной службы. Законы Российской Федерации, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Военные аспекты международного военного права. Распределение служебного времени и повседневный порядок. Распределение времени в воинской части, распорядок дня. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия, завтрак, обед и ужин. Увольнение из расположения части. Посещение военнослужащих. Назначение и состав суточного наряда воинской части. Подготовка суточного наряда. Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте. Несение караульной службы. Виды караулов. Организация караульной службы, общие положения. Наряд караулов, подготовка караулов. Часовой. Обязанности часового. Боевое знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения боевого знамени воинской части, порядок его хранения и содержания. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих. Три разновидности военной формы: парадная, полевая, повседневная. Воинские звания в Вооруженных Силах Российской Федерации.

4. Тематическое планирование уроков ОБЖ в 11 классе

№ п/п	Наименование раздела, тема урока (типы уроков, виды контроля)	Кол-во часов	Формы	
			аттестации (контроля)	организации занятий
Основы безопасности личности, общества и государства (4 ч.)				
1	Пожарная безопасность	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
2	Правила безопасности при пожаре	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
3	Обеспечение безопасности на водоемах	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
4	Обеспечение безопасности в различных бытовых ситуациях.	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
Мм				

5	Национальный антитеррористический комитет	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
6	Контртеррористическая операция	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
7	Правовой режим контртеррористической операции	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
8	Место ГО в противодействии терроризму	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
9	Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
10	Участие ВС РФ по пресечению международной террористической деятельности за пределами страны.	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
Основы здорового образа жизни (5 ч.)				
11	Правила личной гигиены	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
12	Нравственность и ЗОЖ	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
13	Инфекции, передаваемые половым путем	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
14	Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
15	Семья в современном обществе	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч.)				
16	Первая помощь при ранениях	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
17	Правила остановки кровотечения	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
18	Способы иммобилизации	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
Основы военной службы (16 ч.)				
19	Правовые основы военной службы	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
20	Статус военнослужащего	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
21	Призыв на военную службу	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
22	Военная присяга	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
23	Порядок прохождения военной службы	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
24	Общевоинские уставы	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
25	Устав внутренней службы	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная

26	Дисциплинарный устав	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
27	Устав гарнизонной и караульной службы	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
28	Строевой устав	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
29	Обязанности военнослужащих	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
30	Военнослужащий – патриот	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
31	Военнослужащий – специалист своего дела	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
32	Вручение военнослужащему вооружения	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
33	Военная служба по контракту	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
34	Альтернативная гражданская служба	1	Ответы на уроках	Групповая, индивидуальная
Всего часов: 34 ч.				

5. Контрольно-измерительный материал

Итоговая контрольная работа по ОБЖ

11 класс

1. Какие продукты питания способствуют здоровью зубов?

- А) Кондитерские, макаронные и мясные изделия;
- Б) Жирная пища;
- В) Овощи, богатые клетчаткой и кальцием.

2. Перхоть (себорея) вызывается нарушением обмена веществ в организме. А это означает, что из пищи необходимо исключить:

- А) Жирные и острые блюда;
 - Б) Копченое мясо, рыбу и консервы;
 - В) Ограничить употребление овощей и фруктов;
- Какая рекомендация ошибочна?

3. Недостатком синтетических материалов является то, что они:

- А) Плохо впитывают влагу с поверхности кожи;
- Б) Плохо греют;
- В) Проводят электрический ток.

4. Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - это болезнь, имеющая вирусную природу. Вирус СПИДа - вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) поражает:

- А) Центральную нервную систему, опорно-двигательный аппарат и кровеносную систему человека;
- Б) Внутренние органы: легкие, печень, селезенку, поджелудочную железу, лимфатическую систему, вызывает раковые заболевания разных органов;
- В) Клетки нашего организма, предназначенные для борьбы с вирусной инфекцией, способной поражать клетки головного мозга, вызывая серьезные неврологические расстройства.

5. Известно более 20 заболеваний, передающихся половым путем, восемь из них могут оказаться смертельными; это, в частности:

- А) СПИД, гепатиты Б и С, сифилис;
- Б) Грибковые заболевания, трихомониаз;
- В) Псориаз, нейродермит.

6. Причиной сердечной недостаточности могут быть:

- А) Ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы;
- Б) Внутреннее и наружное кровотечения, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары;
- В) Тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, размоложение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

7. Кровотечение бывает следующих видов:

- А) Венозное, артериальное, капиллярное, паренхиматозное, смешанное;
- Б) Венозное, артериальное, легочное, носовое;
- В) Поверхностное, глубокое, смешанное.

8. Можно ли накладывать жесткую шину прямо на тело пострадавшего при иммобилизации?

- А) Можно только на верхние конечности;
- Б) Можно, закрепив шину так, чтобы между ней и телом было небольшое воздушное пространство;
- В) Нельзя: сначала под шину следует наложить мягкую прокладку (вату, полотенце и т.п.).

9. Признаки клинической смерти — это отсутствие:

- А) Сознания, реакции зрачков на свет, пульса на сонной артерии и дыхания;
- Б) Слуха, вкуса, наличие трупных пятен;
- В) Пульса и дыхания, окоченение конечностей.

10. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту?

- А) Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
- Б) Дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- В) Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя, отчество наложившего жгут.

11. Военная служба исполняется гражданами:

- А) Только в Вооруженных Силах РФ;
- Б) В ВС РФ, пограничных войсках федеральной пограничной службы РФ и войсках гражданской обороны;
- В) В ВС РФ, других войсках, органах и формированиях.

12. Составная часть воинской обязанности граждан РФ, заключающаяся в специальном учете всех призывников и военнообязанных по месту жительства, - это:

- А) Воинский учет;
- Б) Пребывание в запасе;
- В) Прохождение военной службы по призыву.

13. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:

- А) Военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;
- Б) Представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления, врачи-специалисты;
- В) Военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог).

14. Определите, какая из нижеперечисленных причин является неуважительной при неявке гражданина по повестке из военкомата:

- А) Утеря повестки военного комиссариата;
- Б) Заболевание гражданина, связанное с утратой трудоспособности;
- В) Препятствие, не зависящее от воли гражданина.

15. Заключение по результатам освидетельствования категории «А» означает:

- А) Годен к военной службе;
- Б) Ограниченно годен к военной службе;
- В) Не годен к военной службе.

16. Заключение по результатам освидетельствования категории «В» означает:

- А) Годен к военной службе;
- Б) Ограниченно годен к военной службе;
- В) Временно не годен к военной службе.

17. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает:

- А) Годен к военной службе;
- Б) Ограниченно годен к военной службе;
- В) Не годен к военной службе.

18. Право гражданина РФ на замену военной службы альтернативной гражданской определено:

- А) В законе «О статусе военнослужащих»;
- Б) В Конституции Российской Федерации;
- В) В законе «Об обороне».

19. Уставы Вооруженных Сил РФ подразделяются на:

- А) Тактические, стрелковые и общевойсковые;
- Б) Уставы родов войск и строевые.
- В) Боевые и общевойсковые;

20. Общевойсковые уставы ВС РФ регламентируют:

- А) Тактические действия военнослужащих при ведении военных операций;
- Б) Жизнь, быт и деятельность военнослужащих нашей армии;
- В) Основы стратегии ведения боевых действий военнослужащих.

21. Общие права и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определяет:

- А) Строевой устав ВС РФ;
- Б) Дисциплинарный устав ВС РФ.
- В) Устав внутренней службы ВС РФ;

22. Какой устав определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб?

- А) Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ;
- Б) Дисциплинарный устав ВС РФ;
- В) Устав внутренней службы ВС РФ.

23. Призыву на военную службу подлежат граждане:

- А) Мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоящие или обязанные состоять на воинском учете, не пребывающие в запасе и не имеющие права на освобождение от военной службы;
- Б) Мужского пола в возрасте от 18 до 25 лет, состоящие на воинском учете и не пребывающие в запасе;
- В) Мужского и, как исключение, женского пола, в возрасте от 18 до 28 лет, прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к военной службе.

24. Совокупность прав и свобод, гарантированных государством, а также обязанностей и ответственности военнослужащих, установленных законодательством, - это:

- А) Определение статуса военнослужащего;
- Б) Установленный Уставом внутренней службы ВС РФ порядок несения военной службы в подразделении;
- В) Определённый Строевым уставом ВС РФ перечень функций военнослужащего в военном гарнизоне.

25. Может ли быть наложено на военнослужащего, совершившего дисциплинарное правонарушение, более одного взыскания?

А) Нет;

Б) Да;

В) В зависимости от решения командира.