

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Оренбургской области
Управление образования администрации города Оренбурга
Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 89
имени Героя Российской Федерации,
летчика - космонавта А.Н. Овчинина»

РАССМОТРЕНО

Методическим
объединением учителей

Былинкина М.В.

№ _____ от _____

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Кильмухаметова Л.М.

№ _____ от _____ - _____

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Абдраимова Ю.А.

№ _____ от _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DA91720996827D7660DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 5-7 классов

Оренбург 2023 г.

| № п/п | СОДЕРЖАНИЕ | Стр. |
|--------------|--|-------------|
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 2. | Содержание обучения | 7 |
| 2.1 | Содержание обучения 5 класс | 12 |
| 2.2 | Содержание обучения 6 класс | 14 |
| 2.3 | Содержание обучения 7 класс | 15 |
| 3 | Планируемые результаты освоения программы | 17 |
| 3.1 | Личностные результаты | 17 |
| 3.2 | Метапредметные результаты | 19 |
| 3.3 | Предметные результаты | 23 |
| 3.3.1 | Предметные результаты 5 класс | 24 |
| 3.3.2 | Предметные результаты 6 класс | 26 |
| 3.3.3 | Предметные результаты 7 класс | 27 |
| 4. | Тематическое планирование | 29 |
| 4.1 | Тематическое планирование 5 класс | 29 |
| 4.2 | Тематическое планирование 6 класс | 30 |
| 4.3 | Тематическое планирование 7 класс | 31 |
| 5 | Поурочное планирование | 32 |
| 5.1 | Поурочное планирование 5 класс | 32 |
| 5.2 | Поурочное планирование 6 класс | 35 |
| 5.3 | Поурочное планирование 7 класс | 38 |
| 6 | Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса | 41 |
| 7 | Приложение 1. Оценочные материалы | 43 |

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа элективного курса ОБЖ (далее — Программа) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 года № ПК-1 вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее — ФГОС) основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287) с учетом распределенных по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЖ, примерной программы воспитания. В рабочей программе учтены рекомендации Министерства образования Оренбургской области от 29.07.2020 г. № 01-23/4611 «О включении тем противопожарной безопасности».

В условиях современного исторического процесса ведущей глобальной проблемой является обеспечение безопасности личности, общества и государства. В этой связи обучение российских школьников основам безопасности жизнедеятельности (далее — ОБЖ) является важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

Целью изучения элективного курса ОБЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

При разработке программы учитывались основные положения следующих государственных документов (в последних редакциях):

- Конституции Российской Федерации;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О гражданской обороне»;
- Федерального закона «О радиационной безопасности населения»;
- Федерального закона «О пожарной безопасности»;
- Федерального закона «О безопасности дорожного движения»;
- Федерального закона «О противодействии терроризму»;
- Семейного кодекса Российской Федерации;
- Уголовного кодекса Российской Федерации;
- Правил дорожного движения Российской Федерации;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации;
- Федерального государственного стандарта основного общего образования;
- Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности.

Настоящая Программа обеспечивает:

– ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися минимума основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования; возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

– выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

– реализацию оптимального баланса межпредметных связей, способствующих формированию практических умений и навыков, и их разумное взаимодополнение.

В Программе содержание элективного курса ОБЖ структурно представлено модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;

модуль «Здоровье и как его сохранить»; модуль «Безопасность на транспорте»; модуль «Безопасность в быту»; модуль «Безопасность в социуме»;

модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»; модуль «Безопасность в информационном пространстве»;

модуль «Безопасность в природной среде»;

модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»;

модуль «Основы медицинских знаний»;

модуль «Безопасность в общественных местах»;

модуль «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»;

модуль «Экологическая безопасность».

В целях обеспечения системного подхода в изучении элективного курса ОБЖ на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность по возможности ее избегать при необходимости действовать».

Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры. Программой

предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажерных систем и виртуальных моделей. При этом использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным — компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

В соответствии с требованиями ФГОС элективный курс ОБЖ входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и является обязательным для изучения на уровне основного общего образования.

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для формирования личных и социально значимых качеств учащихся, направленных на повышение уровня защищённости жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора на общественную безопасность.

Изучение предмета способствует формированию у обучающихся в 5—7 классах основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности на современном этапе. В процессе освоения предмета, обучающиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для обеспечения безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира, в том числе с учётом региональных особенностей.

Учитывая требования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и положения Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности, в ходе преподавания предмета целесообразно использовать сочетание новых и традиционных подходов к изучению вопросов комплексной безопасности личности, общества и государства в различных сферах, в том числе в социальной среде: противодействие вовлечению в деструктивные молодёжные сообщества, обеспечение информационной безопасности, а также защита прав потребителей и др. Особое внимание уделяется антиэкстремистской и антитеррористической безопасности, а также общегосударственной системе защиты личности, общества, государства от террористических угроз.

Обучение по программе будет способствовать выработке у учащихся умений распознавать угрозы, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Основная цель элективного курса - научить подростков предвидеть

опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела.

Достижение *планируемых результатов* реализуется путём решения ряда учебных задач, которые определяют общие направления формирования содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в рамках отдельных положений стратегических национальных приоритетов, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации: сбережение народа России и развитие человеческого потенциала; оборона страны; государственная и общественная безопасность; информационная безопасность; экономическая безопасность; научно-технологическое развитие; экологическая безопасность и рациональное природопользование; защита традиционных российских духовно-нравственных ценностей, культуры и исторической памяти; стратегическая стабильность и взаимовыгодное международное сотрудничество.

В ходе освоения содержания предмета, обучающиеся сформируют индивидуальные социальные качества, компетентности, что окажет важное влияние на их подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в современном обществе в реальных условиях окружающего мира.

Цель изучения элективного курса ОБЖ на уровне основного общего образования:

— научить подростков предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела;

— сформировать у них культуру безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

— формирование активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;

— знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Изучение элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с данной программой планируется в 5—7 классах. В целях обеспечения индивидуальных потребностей, обучающихся в формировании культуры безопасности жизнедеятельности на основе расширения знаний и умений, углубленного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства предмет изучается в 5—7 классах из расчета 1 час в неделю за счет использования части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений (всего 102 часа).

2. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

МОДУЛЬ № 1 «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.

Система управления гражданской обороной. Мероприятия по гражданской обороне. Подготовка населения в области гражданской обороны. Задачи в области гражданской обороны. Принципы организации и ведения гражданской обороны. Права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Силы гражданской обороны.

Структура и основные задачи МЧС России. Основные функции МЧС России.

Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.

МОДУЛЬ № 2 «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»

Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.

Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальнозоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».

Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Влияние вредных привычек на здоровье человека. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Электронные сигареты. Негативное отношение к приему наркотических и токсикоманических веществ. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Профилактика вредных привычек.

Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).

Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).

Физические, химические и социальные антропогенные факторы

окружающей среды. Экологическая безопасность.

Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Туризм как часть комплекса ГТО.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Профилактика инфекционных заболеваний.

Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.

Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий. Благополучие человека и его здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Демографическая ситуация в стране.

Репродуктивная функция семьи. Семейное право в Российской Федерации. Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации.

МОДУЛЬ № 3 «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине. Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Аварийные ситуации в городском общественном транспорте.

Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. Безопасность пассажиров морских и речных судов.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.

Безопасность в метрополитене.

МОДУЛЬ № 4 «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие

проблемы).

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Источники опасности в современно жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью.

Основные причины пожара в общественных зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны.

Государственная противопожарная служба (ГПС), ее функции.

Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

МОДУЛЬ № 5 «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома. Криминальные угрозы, как их избежать.

Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека.

Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.

Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в «группы смерти».

Признаки агрессивного поведения у подростков. Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде. Признаки воздействия криминальных сообществ на учащихся. Снижение риска попадания под влияние криминальных структур.

МОДУЛЬ № 6 «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.

Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.

Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической

деятельности.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК).

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за террористическую деятельность.

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

Общегосударственное противодействие терроризму.

Основные задачи противодействия терроризму. Основные направления предупреждения (профилактики) терроризма. Силовые ведомства, привлекаемые к антитеррористической деятельности.

Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества. Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.

Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством. Захват в заложники. Правила поведения при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке.

МОДУЛЬ № 7 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.

Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Основные меры безопасности в туристских походах.

Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Виды костров. Правила разведения костров.

Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.

Особенности снаряжения для лыжного похода.

Организация движения лыжников во время похода.

Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.

Плавающие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Особенности добровольного и вынужденного существования в природе.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывания огня.

Съедобные растения, грибы, орехи. Очистка и обеззараживание воды.

Средства аварийной сигнализации.

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобрком.).

Безопасность при встрече со змеей.

Защита от комаров, мошки и других насекомых.

Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов, оползни, обвалы).

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури, смерчи).

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины).

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности и защита населения.

МОДУЛЬ № 8 «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов.

Различные пути попадания отравляющих веществ в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления. Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией.

Понятия «ушиб», «травма», «перелом». Первая помощь. Первая помощь при электротравме.

Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного

кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Способы транспортировки пострадавшего.

Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.

Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами.

Первая помощь при массовых поражениях людей.

Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.

Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

МОДУЛЬ № 9 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире.

Безопасность на уроках и переменах. Безопасность на практических занятиях. Права потребителя на безопасность товара.

Основные положения Федерального закона «О защите прав потребителей».

Безопасность товара (работы, услуги). Информация о товарах (работах, услугах). Защита потребителя от опасного товара. Права потребителя при обнаружении в товаре недостатков.

Замена товара ненадлежащего качества.

Права потребителя при обнаружении недостатков выполненной работы (оказанной услуги).

2.1. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 5 КЛАСС

1. Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.

2. Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.

3. Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.

4. Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальновзоркость. Развитие физических качеств (сила,

быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры.

5. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».

6. Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

7. Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).

8. Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).

9. Профилактика вредных привычек.

10. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

11. Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

12. Безопасность в метрополитене.

13. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

14. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

15. Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

16. Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

17. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

18. Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. **Пожар и средства пожаротушения. Требования пожарной безопасности в жилье.**

19. Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома.

20. Криминальные угрозы, как их избежать.

21. Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.

22. Признаки наличия взрывного устройства.

23. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

24. Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.

25. Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при

купании в водоемах летом.

26. Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

27. Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

28. Понятия «ушиб», «травма», «перелом».

29. Переломы, вывихи, растяжения.

30. Первая помощь.

31. Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте.

32. Как обеспечить свою безопасность в квартире.

33. Безопасность на уроках и переменах.

34. Безопасность на практических занятиях.

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 6 КЛАСС

1. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков.

Игромания. Компьютерная игровая зависимость

2. Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

3. Туризм как часть комплекса ГТО.

4. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

5. Основные меры безопасности в туристских походах.

6. Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

7. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности.

8. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

9. Виды костров. Правила разведения костров.

10. Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.

11. Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.

12. Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода.

13. Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.

14. Плавающие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

15. Особенности добровольного и вынужденного существования в природе.

16. Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывания огня.

17. Съедобные растения, грибы, орехи.
18. Очистка и обеззараживание воды.
19. Средства аварийной сигнализации
20. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобром).
21. Безопасность при встрече со змеей.
22. Защита от комаров, мошки и других насекомых.
23. Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.
24. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.
25. Основные меры безопасности в туристских походах.
26. Правила поведения на замерзшем водоеме.
27. Безопасность при купании в водоемах летом.
28. Пожарная безопасность в лесу. Причины лесных пожаров
Соблюдение требований пожарной безопасности в противопожарный период.
29. Правила поведения во время стихийных бедствий.
30. Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.
31. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей.
32. Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.
33. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.
34. Психологическая поддержка пострадавшего.

2.3. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 7 КЛАСС

1. Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.
2. Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса.
3. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.
4. Чрезвычайные ситуации биологосоциального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.
5. Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.
6. Правила профилактики коронавируса.
7. Профилактика инфекционных заболеваний.
8. Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете.
9. Безопасность пассажиров морских и речных судов.
10. Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы».
11. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.

12. Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации.
13. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.
14. Признаки агрессивного поведения у подростков.
15. Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде.
16. Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.
17. Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.
18. Как не стать пособником террористов.
19. Общегосударственное противодействие терроризму.
20. Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества.
21. Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.
22. Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.
23. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).
24. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов).
25. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы).
26. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи).
27. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).
28. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины).
29. Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.
30. Правила безопасности и защита населения. Профилактика пожаров
31. Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения.
32. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.
33. Переломы, вывихи, растяжения.
34. Способы транспортировки пострадавшего.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1. ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты: достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе.

1. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

2. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, формирование способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к

практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

3.2. МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются результаты освоения программы основного общего образования) и должны отражать:

- овладение *универсальными учебными познавательными действиями.*

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи

(сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
 - выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
 - находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
 - самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
 - оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
 - эффективно запоминать и систематизировать информацию.
- Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными

действиями.

Общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к представлению отчета перед

группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

– выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

– ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

– самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

– составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

– делать выбор и принимать ответственность за решение.

Самоконтроль:

– владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

– давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

– учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

– объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

– вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

– оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

– различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

– выявлять и анализировать причины эмоций;

– ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

– регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

– осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

- признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая;
- открытость для себя и других;
- осознавать невозможность контролировать все вокруг.

3.3. ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте ее применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, в приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей;

11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12) овладение знаниями и умениями предупреждать опасные и чрезвычайные ситуации во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Предлагается распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения элективного курса ОБЖ сгруппировать по учебным модулям.

3.3.1. ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 5 КЛАСС

МОДУЛЬ № 1. «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»:

овладеть знаниями и умениями определять источники опасных и чрезвычайных ситуаций; объяснять роль человеческого фактора в возникновении чрезвычайных ситуаций; формировать культуру безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, понимать значимость безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимать происхождение чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального характера.

МОДУЛЬ № 2. «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»:

сформировать социально ответственное отношение к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; раскрывать понятия здоровья, здорового

образа жизни; объяснять факторы, негативно влияющие на здоровье; соблюдать правила личной гигиены; характеризовать явления эпидемии, пандемии; безопасно действовать в случае возникновения социально-биологических чрезвычайных ситуаций.

МОДУЛЬ № 3. «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»:

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций на транспорте; объяснять значение предупреждающих знаков; знать правила дорожного движения, уметь ими пользоваться. Знать правила вождения и содержания велосипеда. Уметь оценивать и прогнозировать опасные ситуации на различных видах транспорта.

МОДУЛЬ № 4. «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»:

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); уметь оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей.

МОДУЛЬ № 5. «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»:

овладеть правилами безопасного поведения при встрече с преступной средой; овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; владеть способами самоубеждения и самоприказа, чтобы избежать состояния стресса; уметь избегать конфликтных ситуаций.

МОДУЛЬ № 6. «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»:

объяснять понятия «экстремизм» и «терроризм»; знать и понимать роль государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера; распознавать угрозы террористического характера; уметь противостоять воздействию деструктивных сообществ; безопасно действовать в ситуациях, связанных с террористической безопасностью.

МОДУЛЬ № 7. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»:

овладеть знаниями безопасного поведения на природе, во время грозы, во время гололеда, на водоемах и др., знать правила безопасного поведения в туристских походах; уметь ориентироваться по природным признакам; объяснять обязанности членов туристской группы; безопасно действовать при автономном существовании: уметь добывать огонь, знать растения, грибы и др., которые можно употреблять в пищу; знать повадки диких животных, чтобы избежать опасности; раскрывать особенности природных чрезвычайных ситуаций, безопасно

действовать во время наводнения, цунами, схода снежных лавин.

МОДУЛЬ № 8. «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»:

освоить основы медицинских знаний и овладеть умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях.

МОДУЛЬ № 9. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»:

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания на улице, в общественном транспорте; овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты при встрече с мошенниками; обеспечивать безопасность при встрече с наркоторговцами; знать права потребителей и уметь ими пользоваться.

3.3.2. ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 6 КЛАСС

МОДУЛЬ № 1. «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»:

сформировать социально ответственное отношение к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; раскрывать понятия здоровья, здорового образа жизни; объяснять факторы, негативно влияющие на здоровье; соблюдать правила личной гигиены; характеризовать явления эпидемии, пандемии; безопасно действовать в случае возникновения социально-биологических чрезвычайных ситуаций.

МОДУЛЬ № 2. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»:

овладеть знаниями безопасного поведения на природе, во время грозы, во время гололеда, на водоемах и др., знать правила безопасного поведения в туристских походах; уметь ориентироваться по природным признакам; объяснять обязанности членов туристской группы; безопасно действовать при автономном существовании: уметь добывать огонь, знать растения, грибы и др., которые можно употреблять в пищу; знать повадки диких животных, чтобы избежать опасности; раскрывать особенности природных чрезвычайных ситуаций, безопасно действовать во время наводнения, цунами, схода снежных лавин.

МОДУЛЬ № 3. «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»:

освоить основы медицинских знаний и овладеть умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях.

3.3.3. ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 7 КЛАСС

МОДУЛЬ № 1. «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ

ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»:

овладеть знаниями и умениями определять источники опасных и чрезвычайных ситуаций; объяснять роль человеческого фактора в возникновении чрезвычайных ситуаций; формировать культуру безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, понимать значимость безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимать происхождение чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального характера.

МОДУЛЬ № 2. «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»:

сформировать социально ответственное отношение к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; раскрывать понятия здоровья, здорового образа жизни; объяснять факторы, негативно влияющие на здоровье; соблюдать правила личной гигиены; характеризовать явления эпидемии, пандемии; безопасно действовать в случае возникновения социально-биологических чрезвычайных ситуаций

МОДУЛЬ № 3. «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»:

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций на транспорте; объяснять значение предупреждающих знаков; знать правила дорожного движения, уметь ими пользоваться. Знать правила вождения и содержания велосипеда. Уметь оценивать и прогнозировать опасные ситуации на различных видах транспорта.

МОДУЛЬ № 4. «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»:

овладеть правилами безопасного поведения при встрече с преступной средой; овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; владеть способами самоубеждения и самоприказа, чтобы избежать состояния стресса; уметь избегать конфликтных ситуаций.

МОДУЛЬ № 5. «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»:

объяснять понятия «экстремизм» и «терроризм»; знать и понимать роль государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера; распознавать угрозы террористического характера; уметь противостоять воздействию деструктивных сообществ; безопасно действовать в ситуациях, связанных с террористической безопасностью.

МОДУЛЬ № 6. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»:

овладеть знаниями безопасного поведения на природе, во время грозы, во время гололеда, на водоемах и др., знать правила безопасного поведения в туристских походах; уметь ориентироваться по природным признакам; объяснять обязанности членов туристской группы; безопасно действовать при автономном существовании: уметь добывать огонь, знать растения, грибы и др., которые можно употреблять в пищу; знать повадки диких животных, чтобы избежать опасности; раскрывать особенности природных чрезвычайных ситуаций, безопасно действовать во время наводнения, цунами, схода снежных лавин.

МОДУЛЬ № 7. «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»:

освоить основы медицинских знаний и овладеть умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлени

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4.1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|---------------------------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| 1 | Модуль «Культура Безопасности Жизнедеятельности в современном обществе» | 2 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 2 | Модуль «Здоровье и как его сохранить» Стартовая контрольная работа | 7 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 3 | Модуль «Безопасность на транспорте» | 3 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 4 | Модуль «Безопасность в быту» Контрольная работа за I-полугодие. | 6 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 5 | Модуль «Безопасность в социуме» | 2 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 6 | Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» | 3 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 7 | Модуль «Безопасность в природной среде» | 3 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 8 | Модуль «Основы медицинских знаний» Промежуточная аттестация. Контрольная работа | 4 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 9 | Модуль «Безопасность в общественных местах» | 4 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО | | 34 | 3 | 0 | |

| | | | | |
|-----------|--|--|--|--|
| ПРОГРАММЕ | | | | |
|-----------|--|--|--|--|

4.2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------------------------------------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| 1 | Модуль «Здоровье и как его сохранить» Контрольная работа № 1 | 3 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 2 | Модуль «Безопасность в природной среде» Контрольная работа за I-полугодие. | 25 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 3 | Модуль «Основы медицинских знаний» Промежуточная аттестация. Контрольная работа | 6 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 3 | 0 | |

4.3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| 1 | МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ (1 ч) | 1 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 2 | МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ» (6 ч) Контрольная работа | 6 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 3 | Модуль «Безопасность на транспорте» | 4 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 4 | Модуль «Безопасность в социуме» Контрольная работа за I-полугодие. | 4 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 5 | Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» | 6 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 6 | Модуль «Безопасность в природной среде» | 9 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| 7 | Модуль «Основы медицинских знаний» Промежуточная аттестация контрольная работа. | 4 | 1 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 3 | 0 | |

5. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5.1. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|--------------------|---------------------|---------------|------|---|
| | | всего | контрольные работы | практические работы | план | факт | |
| | | | | | | | |
| 1 | Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 2 | Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 3 | Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 4 | Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 5 | Стартовая контрольная работа | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 6 | Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день. Питание. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 7 | Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма). | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 8 | Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес). | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 9 | Профилактика вредных привычек. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 10 | Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы. Пешеходная, | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| | велосипедная дорожки. Дорожные знаки. Светофоры. Сигналы светофоров. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам. | | | | | | |
| 11 | Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 12 | Безопасность в метрополитене. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания. Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 13 | Контрольная работа за I-полугодие. | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 14 | Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 15 | Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 16 | Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 17 | Меры предосторожности при использовании электроприборов. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 18 | Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 19 | Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Пожар и средства пожаротушения. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 20 | Требования пожарной безопасности в жилье. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 21 | Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | | |
|--|--|-----------|----------|---|--|--|---|
| | образовательной организации, дома. | | | | | | |
| 22 | Криминальные угрозы, как их избежать. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 23 | Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 24 | Признаки наличия взрывного устройства. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 25 | Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 26 | Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 27 | Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 28 | Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 29 | Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 30 | Понятия «ушиб», «травма», «перелом». | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 31 | Промежуточная аттестация. Контрольная работа | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 32 | Первая помощь. Переломы, вывихи, растяжения. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 33 | Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 34 | Как обеспечить свою безопасность в квартире. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 3 | | | | |

5.2. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Дата изучения | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|----------|--|------------------|------------------------|-------------------------|---------------|------|---|
| | | всего | контрольн ые работы | практически е работы | план | факт | |
| 1 | Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 2 | Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 3 | Туризм как часть комплекса ГТО. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 4 | Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Основные меры безопасности в туристских походах. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 5 | Контрольная работа | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 6 | Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 7 | Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 8 | Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 9 | Виды костров. Правила разведения костров. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 10 | Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 11 | Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|
| | равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака. | | | | | |
| 12 | Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода. Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 13 | Контрольная работа за I-полугодие. | 1 | 1 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 14 | Плавающие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 15 | Особенности добровольного и вынужденного существования в природе. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 16 | Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывание огня. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 17 | Съедобные растения, грибы, орехи. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 18 | Очистка и обеззараживание воды. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 19 | Средства аварийной сигнализации | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 20 | Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобром). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 21 | Безопасность при встрече со змеей. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 22 | Защита от комаров, мошки и других насекомых. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 23 | Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 24 | Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|---|----|---|---|--|--|---|
| | автономном существовании. | | | | | | |
| 25 | Основные меры безопасности в туристских походах. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 26 | Правила поведения на замерзшем водоеме. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 27 | Безопасность при купании в водоемах летом. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 28 | Пожарная безопасность в лесу. Причины лесных пожаров Соблюдение требований пожарной безопасности в противопожарный период. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 29 | Правила поведения во время стихийных бедствий. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 30 | Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 31 | Промежуточная аттестация. Контрольная работа | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 32 | Первая помощь при солнечном и тепловом ударах. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 33 | Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 34 | Психологическая поддержка пострадавшего. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 3 | | | | |

5.3. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Дата изучения | | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---------------|------|---|
| | | всего | контрольные работы | практические работы | план | факт | |
| 1 | Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 2 | Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 3 | Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 4 | Чрезвычайные ситуации биологосоциального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 5 | Контрольная работа | 1 | 1 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 6 | Правила профилактики коронавируса. Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 7 | Профилактика инфекционных заболеваний. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 8 | Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |
| 9 | Безопасность пассажиров морских и речных судов. | 1 | 0 | 0 | | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|
| 10 | Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 11 | Аварийная ситуация в поезде дальнего следования. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 12 | Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 13 | Контрольная работа за I-полугодие. | 1 | 1 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 14 | Признаки агрессивного поведения у подростков. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 15 | Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 16 | Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 17 | Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 18 | Как не стать пособником террористов. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 19 | Общегосударственное противодействие терроризму. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 20 | Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 21 | Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |

| | | | | | | |
|--|---|----|---|---|--|---|
| 22 | Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 23 | Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 24 | Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 25 | Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 26 | Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 27 | Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 28 | Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины). | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 29 | Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 30 | Правила безопасности и защита населения. Профилактика пожаров | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 31 | Промежуточная аттестация контрольная работа. | 1 | 1 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 32 | Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 33 | Переломы, вывихи, растяжения. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| 34 | Способы транспортировки пострадавшего. | 1 | 0 | 0 | | https://infourok.ru/ |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 3 | | | |

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Основы безопасности жизнедеятельности, 5-8 класс /Аюбов Э.Н., Прищепов Д.З., Муркова М.В., Невелёва С.В., ООО «Русское слово-учебник»;

- Основы безопасности жизнедеятельности, 5-8 класс /Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В.; под редакцией Егорова С.Н., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

- Основы безопасности жизнедеятельности (2 частях), 5-9 класс /Рудаков Д.П. и другие; под научной редакцией Шойгу Ю.С., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

- Основы безопасности жизнедеятельности, 5-9 класс /Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- <http://www.edu.rin.ru/> - Образование - RIN.RU.

- <http://festival.1september.ru/subjects/12/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" <http://www.risk-net.ru> "Открытый урок"

- <http://fcior.edu.ru/> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

- <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm>-Книги, пособия по ОБЖ <http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html>-методическое пособие для учителей ОБЖ

<http://www.uchportal.ru/load/81>-учительский портал
http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html- уроки ОБЖ
Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Детские порталы:

1. журнала «Здоровье школьника» - <http://www.za-partoi.ru>

2. семейный сайт – www.7ya.ru

3. журнал «Первоклашка» - www.pkpp.ru

4. журнал «Семья и школа» - www.chpk.ru или mag7a.narod.ru

5. интернет-портал «Солнышко» - www.solnet.ee

<http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Мультимедийный компьютер-1

Сканер с приставкой для сканирования слайдов-1;

Принтер лазерный-1;

Цифровая видеокамера-1

Цифровая фотокамера-1;

Слайд-проектор-1
Мультимедиа проектор-1;
Стол для проектора-1;
Экран (на штативе или навесной)

7.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

5 класс

Стартовая контрольная работа

Вариант 1

1. Что выбрасывается вулканом на земную поверхность?

- А) лимонад;
- Б) вода;
- В) магма;
- Г) лава;
- Д) не знаю.

2. В каком возрасте можно тушить лесной пожар?

- А) 18 лет;
- Б) 16 лет;
- В) 15 лет;
- Г) 14 лет;
- Д) в любом возрасте.

3. Как поступить, если вы на улице услышали об угрозе землетрясения?

- А) стоять на месте;
- Б) продолжать идти по своим делам;
- В) вернуться домой;
- Г) начать танцевать;
- Д) уйти подальше от зданий и линий электропередач.

4. Масса снега, падающая или соскальзывающая со склонов гор – это...

- А) обвал;
- Б) лавина;
- В) град;
- Г) снегопад;
- Д) все ответы верны.

5. Каким прибором измеряют атмосферное давление?

- А) спидометр;
- Б) термометр;
- В) тонометр;
- Г) барометр;
- Д) линейка.

6. Сильный разрушительный ветер больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч – это...

- А) ураган;
- Б) буря;
- В) метель;
- Г) вьюга;
- Д) не знаю.

7. В какие часы работоспособность человека самая высокая?

- А) с 8 до 12 часов;
- Б) с 12 до 16 часов;
- В) с 16 до 19 часов;
- Г) с 20 до 24 часов;
- Д) в любое время суток.

8. Стихийное, неуправляемое распространение огня по лесным площадям – это...

- А) степной пожар;
- Б) торфяной пожар;
- В) лесной пожар;

Г) небольшое возгорание;

Д) природный пожар.

9. Назови последствия лесного пожара.

А) сгорание деревьев и растительности;

Б) изменение местного ландшафта;

В) появление водоёма на месте пожара;

Г) изменение климата;

Д) все ответы верны.

10. В каких единицах измеряется скорость ветра?

А) в килограммах;

Б) в сантиметрах;

В) в километрах;

Г) в метрах в секунду;

Д) в литрах.

Вариант 2

Организация и целесообразное распределение временных ресурсов человека на день – это...

А) режим дня;

Б) режим работы;

В) режим питания;

Г) больничный режим;

Д) биоритм человека.

2. Сколько часов должен спать подросток (13-18 лет)?

А) 4-5 часов в сутки;

Б) 7 часов в сутки;

В) 6 часов в сутки;

Г) 8 часов в сутки;

Д) 9 часов в сутки.

3. В каком направлении производят бинтование раны?

А) сверху вниз;

Б) слева направо;

В) снизу вверх;

Г) справа налево;

Д) всё равно как.

4. Чего нельзя делать при оказании первой помощи при переломах?

А) не вызывать службу «Скорой помощи»;

Б) вставлять сломанную кость в рану;

В) не обращать внимания на травму;

Г) транспортировать больного с незафиксированной травмированной конечностью;

Д) все ответы верны.

5. Какие правила поведения на водоёме ты знаешь?

А) начинать купание при температуре воды не ниже 18 градусов, при температуре воздуха 25 градусов;

Б) купаться не ранее, чем через 1,5 часа после еды;

В) не доверяйте надувным матрасам и кругам;

Г) не входить в воду уставшим, разгоряченным;

Д) все ответы верны.

6. В каких единицах измеряется скорость ветра?

А) в килограммах;

Б) в сантиметрах;

В) в километрах;

Г) в метрах в секунду;

Д) в литрах.

7. В какие часы работоспособность человека самая высокая?

- А) с 8 до 12 часов;
- Б) с 12 до 16 часов;
- В) с 16 до 19 часов;
- Г) с 20 до 24 часов;
- Д) в любое время суток.

8. Как поступить, если вы на улице услышали об угрозе землетрясения?

- А) стоять на месте;
- Б) продолжать идти по своим делам;
- В) вернуться домой;
- Г) начать танцевать;
- Д) уйти подальше от зданий и линий электропередач.

9. Что выбрасывается вулканом на земную поверхность?

- А) лимонад;
- Б) вода;
- В) магма;
- Г) лава;
- Д) не знаю.

10. В какие часы работоспособность человека самая высокая?

- А) с 8 до 12 часов;
- Б) с 12 до 16 часов;
- В) с 16 до 19 часов;
- Г) с 20 до 24 часов;
- Д) в любое время суток.

Контрольная работа за первое полугодие

Вариант 1

1. Назовите причину землетрясений:

- А) быстрое смещение участка земной коры;
- Б) большое количество машин;
- В) лавина;
- Г) движение планеты по орбите;
- Д) не знаю.

2. В каком месте здания можно укрыться при землетрясении?

- А) у открытого окна;
- Б) на балконе;
- В) в проёме капитальных стен;
- Г) в лифте;
- Д) под подоконником.

3. Назовите последствия урагана:

- А) сваленные столбы линий связи и электропередач;
- Б) разрушение прочных и снос легких строений;
- В) опустошения полей;
- Г) вырванные с корнями деревья;
- Д) все ответы верны.

4. Что значит «Первая медицинская помощь»?

- А) комплекс срочных мероприятий, направленных на сохранение жизни и здоровья пострадавших при травмах, несчастных случаях и др.;
- Б) сотрудники «скорой помощи»;
- В) обязательно медицинский работник;
- Г) перевозка больных;
- Д) не знаю.

5. На отдыхе в лесу у вас началось небольшое возгорание. Как поступить в первую очередь?

- А) убежать подальше;
- Б) постараться забросить огонь землёй, сообщить о пожаре в ближайший посёлок;
- В) ничего не делать;
- Г) спрятаться;
- Д) начать плакать.

6. Какие бывают переломы конечностей?

- А) тайный;
- Б) внутренний;
- В) наружный;
- Г) закрытый, открытый;
- Д) показной.

7. Назови причины переутомления школьников:

- А) физические, умственные и эмоциональные нагрузки;
- Б) сон;
- В) активный отдых;
- Г) истощение;
- Д) игры во дворе.

8. Какое из природных явлений можно считать стихийным бедствием?

- А) сильный град;
- Б) морозящий дождь;
- В) автокатастрофа;
- Г) авиакатастрофа;
- Д) солнечное затмение.

Вариант 2

1. Какие типы бинтовых повязок ты знаешь?

- А) восьмиобразная при заболеваниях, ранениях и растяжениях, разрывах связок;
- Б) спиральная на грудную клетку;
- В) крестообразная на затылок;
- Г) спиральная на предплечье, плечо, голень, бедро;
- Д) все ответы верны.

2. Сколько времени должна занимать подготовка домашнего задания?

- А) 2,5-3 часа;
- Б) 3-3,5 часа;
- В) 3,5-4 часа;
- Г) 4-5 часов;
- Д) более 5 часов.

3. Какие бывают бинты?

- А) эластичные;
- Б) узкие;
- В) средние;
- Г) широкие;
- Д) все ответы верны.

4. Каким материалом пользуются при перевязке?

- А) перчатки медицинские нестерильные;
- Б) лейкопластырь бактерицидный;
- В) марлевый бинт;
- Г) маска медицинская нестерильная 3-слойная;
- Д) салфетки антисептические;

5. Каким материалом пользуются при перевязке?

- А) перчатки медицинские нестерильные;
- Б) лейкопластырь бактерицидный;
- В) марлевый бинт;
- Г) маска медицинская нестерильная 3-слойная;
- Д) салфетки антисептические;

6. Население заранее оповещают о наводнении. Что делать?

- А) укрепить нижние этажи;
- Б) включить телевизор, выслушать сообщения и рекомендации;
- В) отключить газ, электричество;
- Г) сделать запас еды и герметично упаковать;
- Д) все ответы верны.

7. Для чего нужна повязка на рану?

- А) обеспечивают временное спокойствие поврежденному месту;
- Б) предохраняет рану от вторичного инфицирования;
- В) впитывают выделения;
- Г) останавливают кровотечение;
- Д) все ответы верны.

8. Большое затопление местности в результате подъема уровня воды в водоёме – это...

- А) половодье;
- Б) наводнение;
- В) разлив;
- Г) потоп;
- Д) излияние.

Промежуточная аттестация. Контрольная работа.

Вариант 1

1. Что выбрасывается вулканом на земную поверхность?

- А) лимонад;
- Б) вода;
- В) магма;
- Г) лава;
- Д) не знаю.

2. В каком возрасте можно тушить лесной пожар?

- А) 18 лет;
- Б) 16 лет;
- В) 15 лет;
- Г) 14 лет;
- Д) в любом возрасте.

3. Как поступить, если вы на улице услышали об угрозе землетрясения?

- А) стоять на месте;
- Б) продолжать идти по своим делам;
- В) вернуться домой;
- Г) начать танцевать;
- Д) уйти подальше от зданий и линий электропередач.

4. Организация и целесообразное распределение временных ресурсов человека на день – это...

- А) режим дня;
- Б) режим работы;

- В) режим питания;
- Г) больничный режим;
- Д) биоритм человека.

5. Сколько часов должен спать подросток (13-18 лет)?

- А) 4-5 часов в сутки;
- Б) 7 часов в сутки;
- В) 6 часов в сутки;
- Г) 8 часов в сутки;
- Д) 9 часов в сутки.

6. В каком направлении производят бинтование раны?

- А) сверху вниз;
- Б) слева направо;
- В) снизу вверх;
- Г) справа налево;
- Д) всё равно как.

Назовите причину землетрясений:

- А) быстрое смещение участка земной коры;
- Б) большое количество машин;
- В) лавина;
- Г) движение планеты по орбите;
- Д) не знаю.

8. В каком месте здания можно укрыться при землетрясении?

- А) у открытого окна;
- Б) на балконе;
- В) в проёме капитальных стен;
- Г) в лифте;
- Д) под подоконником.

9. Какие типы бинтовых повязок ты знаешь?

- А) восьмиобразная при заболеваниях, ранениях и растяжениях, разрывах связок;
- Б) спиральная на грудную клетку;
- В) крестообразная на затылок;
- Г) спиральная на предплечье, плечо, голень, бедро;
- Д) все ответы верны.

10. Сколько времени должна занимать подготовка домашнего задания?

- А) 2,5-3 часа;
- Б) 3-3,5 часа;
- В) 3,5-4 часа;
- Г) 4-5 часов;
- Д) более 5 часов.

Вариант 2

1. Сильный разрушительный ветер больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч – это...

- А) ураган;
- Б) буря;
- В) метель;
- Г) вьюга;
- Д) не знаю.

2. В какие часы работоспособность человека самая высокая?

- А) с 8 до 12 часов;
- Б) с 12 до 16 часов;
- В) с 16 до 19 часов;
- Г) с 20 до 24 часов;

7.

Д) в любое время суток.

3. Стихийное, неуправляемое распространение огня по лесным площадям – это...

- А) степной пожар;
- Б) торфяной пожар;
- В) лесной пожар;
- Г) небольшое возгорание;
- Д) природный пожар.

4. Чего нельзя делать при оказании первой помощи при переломах?

- А) не вызывать службу «Скорой помощи»;
- Б) вставлять сломанную кость в рану;
- В) не обращать внимания на травму;
- Г) транспортировать больного с незафиксированной травмированной конечностью;
- Д) все ответы верны.

5. Какие правила поведения на водоёме ты знаешь?

- А) начинать купание при температуре воды не ниже 18 градусов, при температуре воздуха 25 градусов;
- Б) купаться не ранее, чем через 1,5 часа после еды;
- В) не доверяйте надувным матрасам и кругам;
- Г) не входить в воду уставшим, разгоряченным;
- Д) все ответы верны.

6. В каких единицах измеряется скорость ветра?

- А) в килограммах;
- Б) в сантиметрах;
- В) в километрах;
- Г) в метрах в секунду;
- Д) в литрах.

7. Назови причины переутомления школьников:

- А) физические, умственные и эмоциональные нагрузки;
- Б) сон;
- В) активный отдых;
- Г) истощение;
- Д) игры во дворе.

8. Какое из природных явлений можно считать стихийным бедствием?

- А) сильный град;
- Б) морозящий дождь;
- В) автокатастрофа;
- Г) авиакатастрофа;
- Д) солнечное затмение.

9. Каким материалом пользуются при перевязке?

- А) перчатки медицинские нестерильные;
- Б) лейкопластырь бактерицидный;
- В) марлевый бинт;
- Г) маска медицинская нестерильная 3-слойная;
- Д) салфетки антисептические;

10. Население заранее оповещают о наводнении. Что делать?

- А) укрепить нижние этажи;
- Б) включить телевизор, выслушать сообщения и рекомендации;
- В) отключить газ, электричество;
- Г) сделать запас еды и герметично упаковать;
- Д) все ответы верны.

Оценочные материалы 6 класс

Контрольная работа

Вариант 1

1. Что называется стихийным бедствием? Найдите 1 правильный ответ.

- а) техногенные и природные чрезвычайные ситуации
- б) различные процессы, которые возникают в результате хозяйственной деятельности человека
- в) природные процессы, которые возникают в результате действия стихийных сил природы и могут вызвать многочисленные жертвы и притеснить значительный материальный или иной ущерб

2. В какое созвездие входит Полярная звезда, указывающая на север? Найдите 1 правильный ответ.

- а) Созвездие гончих псов
- б) Кассиопея
- в) Большая медведица
- г) Малая медведица

3. Укажите с помощью чего можно определить стороны горизонта. Отметьте 4 правильных ответа.

- а) по направлению ветра
- б) с помощью компаса
- в) с помощью карты
- г) по звездам и Луне
- д) по Солнцу

4. Подготовка к походу включает в себя: Отметьте 2 правильных ответа.

- а) изучение района путешествия
- б) подготовка и ремонт снаряжения
- в) чтение художественной литературы
- г) сбор лекарственных растений

5. Укажите предмет, не относящийся к групповому снаряжению? Найдите 1 правильный ответ.

- а) палатка
- б) катамаран
- в) рюкзак
- г) топор
- д) котел

6. Какой буквой на компасе обозначается юг? Найдите 1 правильный ответ.

- а) S
- б) N
- в) W
- г) F

7. Что из перечисленного не является видом туризма? Найдите 1 правильный ответ.

- а) пеший туризм
- б) конный туризм
- в) скалолазание
- г) альпинизм
- д) водный туризм

8. Что из перечисленного относится к требованиям туристического снаряжения? Отметьте 3 правильных ответа.

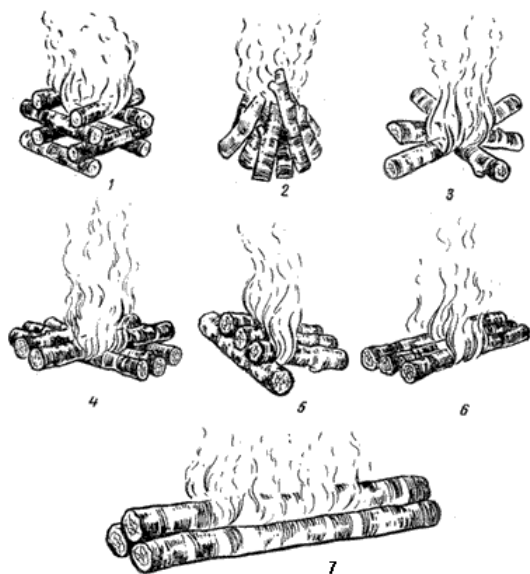
- а) прочное
- б) водонепроницаемое
- в) старое (то, что не жалко)

- г) легкое
- д) надежность не обязательна
- е) все перечисленное

9. Укажите нарушения техники безопасности при обращении с топором. Отметьте 2 правильных ответа.

- а) хранение и переноска топора в чехле
- б) рубить ветки нужно против направления их роста
- в) рубить дерево нужно под корень
- г) после работы с топором его можно оставить на земле или воткнуть в ближайшее живое дерево

10. Найдите соответствие изображения костра с его названием.



- а) нодья
- б) звезда
- в) таежный
- г) колодец
- д) шалаш

Вариант 2

1. Что из перечисленного можно использовать в качестве растопки для костра? Отметьте 3 правильных ответа.

- а) полиэтиленовый пакет
- б) Ветки с зелеными листьями
- в) береста
- г) сухие хвойные ветки
- д) бумага

2. Найдите 1 ошибку в правилах разведения костра.

- а) разводить костер на очищенной от сухой травы и веток площадке
- б) разводить костер лучше в углублении у корней дерева
- в) разводить костер на расстоянии 4-6 метров от деревьев и кустарника
- г) площадку для костра выбирают на открытом, но защищенном от ветра месте

3. Каким из перечисленных способов следует сушить обувь у костра? Найдите 1 правильный ответ.

- а) насыпать в мокрую обувь теплой золы от прогоревшего костра.
- б) поставить мокрую обувь к огню;
- в) повесить обувь подошвой вверх на вбитые у костра колышки;
- г) не снимая обуви держать ноги у огня:

4. Экстремальная ситуация – это.

Найдите 1 правильный ответ.

- а) ситуация, которая помогает найти выход из трудного положения
- б) ситуация, в которой человек побеждает страх и трусость
- в) ситуация, которая содержит угрозу жизни, здоровью и имуществу человека
- г) ситуация, когда человек не умеет предвидеть опасности

5. Что угрожает человеку при нарушении правил акклиматизации в жарких континентах? Найдите 1 правильный ответ.

- а) кислородное голодание
- б) переохлаждение организма
- в) обезвоживание организма
- г) скука и отсутствие общения

6. Какие признаки свидетельствуют о хорошей ясной погоде: Отметьте 3 правильных ответа.

- а) ласточки летают низко к земле
- б) обильная утренняя роса
- в) бледно – розовый закат
- г) вечером становится теплее, чем днем

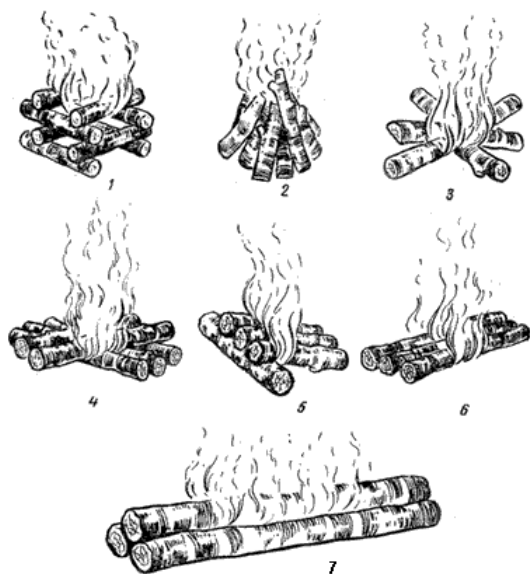
7. Какие из перечисленных деталей относятся к велосипеду: Отметьте 4 правильных ответа.

- а) колесо
- б) рама
- в) патрубок
- г) корпус
- д) ниппель
- е) педаль

9. Укажите нарушения техники безопасности при обращении с топором. Отметьте 2 правильных ответа.

- а) хранение и переноска топора в чехле
- б) рубить ветки нужно против направления их роста
- в) рубить дерево нужно под корень
- г) после работы с топором его можно оставить на земле или воткнуть в ближайшее живое дерево

10. Найдите соответствие изображения костра с его названием.



- а) нодья
- б) звезда

- в) таежный
- г) колодец
- д) шалаш

Контрольная работа за первое полугодие Вариант 1

1. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

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

2. Приметами хоженной тропы могут быть:

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

3. Как развести костер:

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

4. Что можно использовать, чтобы заварить чай:

- а) листья березы;
- б) волчьи ягоды;
- в) иван-чай.

5. Как высушить резиновые сапоги в походе:

- а) набить сапоги сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра;
- б) вбить в землю около костра колышки и повесить на них сапоги;
- в) вытащить из сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой, поставить сапоги к теплу,

но не

к открытому огню.

6. В солнечный полдень тень указывает направление на:

- а) юг;
- б) восток.
- в) запад;
- г) север;

7. Что запрещается делать при разведении костра:

- а) разводить костер на торфяных болотах;
- б) использовать сухую траву;
- в) разводить костер возле водоемов.

8. Что бы не заразиться от воды в полевых условиях нужно:

- а) очистить её через песочный фильтр;
- б) очистить её через фильтр из глины, ваты и материи;
- в) вскипятить.

9. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то следует:

- а) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек;
- б) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;
- в) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца.

10. По каким местным приметам можно определить стороны света:

- а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;
- б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;
- в) полыньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей, валяющихся на дороге спиленных деревьев.

Вариант 2

1. Какое время является лучшим для рыбной ловли:

- а) утро (на рассвете); б) полдень; в) в течение дня; г) ночь (после наступления темноты).

2. Какими насекомыми и пресмыкающимися можно утолить голод в условиях

вынужденного автономного существования при отсутствии продуктов питания:

а) колорадские жуки, бабочки, дождевые черви, земляные жабы; б) личинки майского жука, медведка, улитки всех видов, жабы; в) саранча и кузнечики, термиты, ящерицы и змеи.

3. К открытым повреждениям относятся:

а) сдавливание мягких тканей; б) разрывы связок и сухожилий; в) раны, сопровождаемые кровотечениями.

4. К закрытым повреждениям относятся:

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

5. При ожоге необходимо:

а) на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;
б) поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение; в) залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.

6. При открытом переломе, прежде всего, необходимо:

а) останавливать кровотечение;
б) на рану в области перелома наложить стерильную повязку;
в) дать обезболивающее средство.

7. При отморожении или охлаждении организма, прежде всего, необходимо:

а) согреть отмороженный участок тела и пострадавшего в целом;
б) дать пострадавшему горячий чай или кофе;
в) дать пострадавшему одну таблетку аспирина или анальгина;
г) на отмороженный участок тела наложить стерильную повязку.

8. При закрытом переломе, прежде всего, необходимо:

а) доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
б) дать обезболивающее средство;
в) провести иммобилизацию (обездвижить место перелома).

9. При вывихе, прежде всего, необходимо:

а) попытаться вправить сустав;
б) доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
в) сделать тугую повязку;
г) дать пострадавшему обезболивающее средство.

10. Все продукты питания подразделяются на две группы:

а) минеральные и искусственные;
б) мясные и молочные;
в) животного и растительного происхождения.

Промежуточная аттестация. Контрольная работа.

Вариант 1

1. Какой степени ожога соответствуют признаки – Образование пузырей с прозрачной жидкостью, краснота вокруг пузырей, чувство жжения:

- А) 1-степень
- Б) 2-степень
- В) 3- степень
- Г) 4- степень

2. Какой степени обморожения соответствуют признаки – омертвление не только кожи, но и мышц, костей:

- А) 1-степень
- Б) 2-степень
- В) 3- степень
- Г) 4- степень

3. Что обозначают зна   в международной кодовой таблице символов

- А) «нужны медикаменты», «нужны пища и вода»
 Б) «требуется карта и компас», «следую в этом направлении»
 В) «нет», «всё в порядке»
 Г) «да», «нужен врач»
4. Дайте определение: Международный туризм- это.....
5. Укажите, какие из приведенных ниже названий привычек человека являются вредными потому, что они разрушают его здоровье:
 А) систематическое соблюдение правил личной и общественной гигиены;
 Б) систематическое курение;
 В) систематические занятия физической культурой;
 Г) систематическое употребление пива;
 Д) употребление наркотиков.
6. Как обеспечить себе питание в автономном существовании?
 А) ничего предпринимать не надо, пищу доставят спасатели;
 Б) разделить запасы продовольствия на части, оставь неприкосновенный запас (НЗ);
 В) обеспечить питание резервов природы (дикорастущие съедобные растения, мясо животных, рыба)
7. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:
 А) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод;
 Б) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды;
 В) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле источника воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия.
8. Наиболее удобной обувью в походе считаются:
 А) туристические ботинки, кеды, кроссовки;
 Б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;
 В) полуботинки, сапоги, туфли.
9. Загорая на пляже, ты заметил тонущего в озере товарища. На берегу у отдыхающих имеются:
 А) рюкзак с продуктами;
 Б) надувной матрас;
 В) пустая канистра;
 Г) сигнальная ракета;
 Д) лыжная палка;
 Е) рыбацкие сети.
 Выбери те предметы и вещи, которые можно использовать для спасения утопающего.
10. При преодолении болот необходимо:
 А) вооружиться шестом, настелить гать (настил) из жердей, идти, наступая на кочки или корневища кустов;
 Б) идти осторожно, но широким шагом, предварительно обвязав друг друга страховочной веревкой;
 В) идти друг за другом, держась за руки, стараясь наступать между кочками.
11. Правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походе:
 А) закаливание и солнечные ванны
 Б) мыть руки перед едой, чистить зубы, обтирать тело, купаться
 В) купаться, загарать, мыть руки, умываться
12. Выберите из указанных ниже экстремальные ситуации в природе:
 А) резкое изменение природных условий, смена климатогеографических условий;
 Б) неумение ориентироваться на местности, переезд на новое место жительства из одного района города в другой, потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения;
 В) автономное существование в природных условиях туристской группы, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.

Часть 2.

1. Распределите по группам:

| Факторы выживания | Стрессоры выживания |
|-------------------|---------------------|
| | |

А) здоровье человека Б) источники воды В) страх, Г) жажда, Д) воля человека, Е) голод, Ж) решительность, З) средства связи, и) холод, К) выносливость человека, Л) физическая боль

2. Напишите виды закрытых травм.

3. Вы пошли летом с другом за грибами, заблудились, а друг поранил ногу и не может идти. Опишите ваши действия.

Вариант 2

1. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

А) по памяти;

Б) по растениям;

В) по небесным светилам;

Г) По компасу;

Д) по местным признакам.

2. Укажите, какие из приведенных ниже названий привычек человека являются полезными:

А) систематическое соблюдение правил личной и общественной гигиены;

Б) систематическое курение;

В) систематические занятия физической культурой;

Г) систематическое употребление пива;

Д) употребление наркотиков.

3. Какая задача при подготовке и проведении туристского похода является главной:

а) обеспечение безопасности;

б) выполнение целей и задач похода;

в) полное прохождение маршрута.

4. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста:

а) однотонного цвета;

б) яркая;

в) из камуфлированного материала.

5. Что нельзя делать при ожогах:

а) охлаждать поврежденную конечность

б) вскрывать волдыри, отдирать корки

в) накладывать стерильную повязку

6. Выберите из указанного ниже, что не относится к экстремальным ситуациям в природе:

А) резкое изменение природных условий, смена климатогеографических условий;

Б) неумение ориентироваться на местности, переезд на новое место жительства из одного района города в другой, потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения;

В) автономное существование в природных условиях туристской группы, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.

7. Что представляет собой общеизвестный сигнал опасности?

А) сигнал K0S;

Б) сигнал PROS;

В) сигнал S0S;

Г) сигнал D0S.

8. С какой целью руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристской группы в поисково-спасательную службу (ПСС)? Укажите правильный ответ:

а) для того, чтобы от ПСС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте;

б) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой населенных пунктов,

отмеченных в маршруте;

в) для того, чтобы ПСС выделила группе рацию для связи при прохождении маршрута;

г) для того, чтобы ПСС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута оперативно оказать ей помощь.

9. Дайте определение: Внутренний туризм – это.....

10. Какой степени ожога соответствуют признаки - Частичное обугливание кожи., кожа тёмного или серого цвета:

А) 1-степень

Б) 2-степень

В) 3- степень

Г) 4- степень

11. Какой степени обморожения соответствуют признаки – омертвление не только кожи, но и мышц, костей:

А) 1-степень

Б) 2-степень

В) 3- степень

Г) 4- степень

12.Что необходимо изготовить человеку, чтобы наиболее эффективно добывать огонь?

А) спички и коробку зажигания;

Б) гончарный круг;

В) лук и стрелы;

Г) лук, сверло и опору.

Часть 2

1. Распределите по группам:

| Факторы выживания | Стрессоры выживания |
|-------------------|---------------------|
| | |

А) переутомление; Б) страх; В) одежда и обувь; Г) снаряжение; Д) холод; Е) собранность; Ж) жара; З) одиночество; И) здоровье человека; К) решительность; Л) физическая боль.

2. Перечислите основные места массового скопления людей

3. Вы потерпели кораблекрушение, и попали на необитаемый остров. Опишите ваши действия.

Ключи

1 – вариант

1. Б

2. Г

3. Б

4. путешествие в другие страны

5. Б, Г, Д

6. Б

7. В

8. А

9. Б В Г

10. А

11. Б

12. А В

Часть 2.

1. Факторы – А Б Д Ж З К

Стрессоры – В Г Е И Л

2. Ушибы, растяжения, вывихи, переломы

2 –вариант

1. В Г Д

2. А В
3. А
4. Б
5. Б
6. Б
7. В
8. Г
9. Путешествия в пределах страны (России)
10. В
11. Г
12. Г

Часть 2.

1. Факторы – В Г Е И К
Стрессоры – А Б Д Ж З Л
2. вокзалы, аэропорты, стадионы, рынки, крупные магазины, метро, транспорт

Оценочные материалы 7 класс Контрольная работа Вариант 1

1. Производственные аварии и катастрофы относятся к:

- А. ЧС экологического характера;
- Б. ЧС природного характера;
- В. ЧС техногенного характера;
- Г. Стихийным бедствиям.

2. Авария - это:

- А. ЧС, возникающая по техническим причинам, а также из-за случайных внешних воздействий на промышленном предприятии;
- Б. ЧС, связанная с угрозой выброса опасного вещества;
- В. ЧС, повлекшая за собой человеческие жертвы, ущерб;
- Г. Экстремальное событие на транспорте или производстве.

3. Чем отличается катастрофа от аварии:

- А. Наличием человеческих жертв, значительным ущербом;
- Б. Воздействием поражающих факторов на людей;
- В. Воздействием на природную среду;
- Г. Масштабом распространения.

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

- А. Аварийный объект;
- Б. Потенциально опасный объект;
- В. Катастрофически опасный объект;
- Г. Экстремальный объект.

5. Потенциальную опасность возникновения чрезвычайных ситуаций в районе вашего проживания можно выяснить:

- А. В местном отделении милиции;
- Б. В местном органе санитарно-экологического надзора;
- В. В местном органе госпожнадзора;
- Г. В местном органе управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям.

6. Пожар – это:

- А. Химическая реакция окисления, сопровождающаяся выделением большого количества тепла и света;

- Б. Неконтролируемое стихийно развивающееся горение, причиняющее материальный ущерб,
вред жизни и здоровью людей;
- В. Частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительного количества тепла и света;
- Г. Событие, происходящее внезапно с выделением большого количества энергии в ограниченном объеме.
7. Какой из перечисленных объектов не относится к пожаро- взрывоопасным?
- А. Мукомольный цех;
Б. Спичечная фабрика;
В. Охотничье хозяйство;
Г. Малярный цех.
8. Понижение концентрации кислорода во время пожара приводит к:
- А. Повышенной панике;
Б. Обморокам пострадавших;
В. Увеличению высоты пламени;
Г. Изменению цвета дыма.
9. Среди перечисленных ниже поражающих факторов укажите те, которые не характерны для взрыва:
- А. Высокая температура;
Б. Осколочные поля;
В. Волна прорыва;
Г. Сильная загазованность местности.
10. У пострадавшего на пожаре нарушена координация движений, депрессия, головокружение и прерывистое дыхание. Чем он, возможно, отравлен?
- А. Формальдегидами;
Б. Компонентами никотиноидов;
В. Оксидом углерода;
Г. Закисью азота.

Вариант 2

1. После взрыва в жилом доме продолжает ощущаться запах газа. Ваши действия?
- А. Не зажигать огня;
Б. Не пользоваться электричеством;
В. Позвонить по тревожным телефонам;
Г. Все вышеперечисленное.
2. Объект, при аварии или разрушении которого могут произойти массовые поражения людей, животных и растений опасными химическими веществами, это:
- А. Химически опасный объект;
Б. Пожароопасный объект;
В. Гидродинамический опасный объект;
Г. Экстремально опасный объект.
3. Поражающие факторы химических аварий с выбросом АХОВ – это:
- А. Интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;
Б. Проникновение опасных веществ через органы дыхания и кожные покровы в организм человека;
В. Лучистый поток энергии;
Г. Поток тепловой энергии.
4. Хлор – это:
- А. Бесцветный газ с резким запахом (нашатырного спирта);
Б. Парообразное вещество с запахом горького миндаля, от которого появляется металлический привкус во рту;
В. Зеленовато-жёлтый газ с резким запахом;

Г. Зелёный газ без запаха.

5. При попадании ОВ на кожу необходимо:

- А. Провести полную санитарную обработку;
- Б. Промыть глаза водой в течение 10-15 мин.;
- В. Механически удалить ОВ;
- Г. Направить пострадавшего в лечебное учреждение.

6. Выходить из зоны химического заражения следует:

- А. Перпендикулярно направлению ветра;
- Б. По направлению ветра;
- В. Навстречу ветру;
- Г. Кратчайшим путём.

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

- А. Диоксид серы и оксиды азота;
- Б. Свинец и его соединения;
- В. Ртуть и её соединения;
- Г. Бензин и машинное масло.

8. Объект с ядерным реактором, завод, использующий ядерное топливо, транспорт, перевозящий ядерный материал – это:

- А. Радиационноопасный объект;
- Б. Объект экономики особой опасности;
- В. Экологически опасный объект;
- Г. Химически опасный объект.

9. При оповещении об аварии на радиационноопасном объекте необходимо действовать в указанной последовательности:

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

Б. Включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, освободить холодильник от продуктов, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, и следовать на сборный эвакуационный пункт;

В. Включить радио и выслушать сообщение, освободить холодильник от продуктов и вынести скоропортящиеся продукты на мусор, выключить газ, электричество, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

Г. Немедленно выбежать из дома.

10. К коллективным средствам защиты относятся:

- А. Убежища и ПРУ;
- Б. Противогазы и респираторы;
- В. Средства защиты кожи и респираторы;
- Г. Всё вышеперечисленное.

Контрольная работа за первое полугодие

Вариант 1

1. Землетрясением называют ...

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

2. К каким ЧС относятся: землетрясения, природные пожары, цунами?

- а) ЧС экологического характера;
- б) ЧС природного характера;
- в) ЧС техногенного характера;

3. На вас загорелась одежда. Выберите порядок действий.

- а) побежите и постараетесь сорвать одежду;

- б) остановитесь, упадете и покатитесь, сбивая пламя;
- в) завернетесь в одеяло или обмотаетесь плотной тканью.

4. Катастрофа отличается от аварии ..

- а) наличием человеческих жертв, значительным ущербом;
- б) воздействием поражающих факторов на людей;
- в) воздействием на природную среду.

5. Пожар распространяется на мебель и другие предметы, а комната начинает наполняться дымом. Я...

- а) как можно быстрее покину комнату;
- б) буду пытаться тушить разгоревшийся пожар;
- в) открою окно и буду звать на помощь.

6. Быстрое, внезапное возникшее движение снега и (или) льда вниз по крутым склонам

гор – это...

- а) обвал;
- б) лавина;
- в) оползень.

7. Что относится к поражающим факторам пожара:

- а) разрушение зданий и поражение людей за счет смещения поверхностных слоев земли;
- б) образование облака зараженного воздуха;
- в) открытый огонь, токсичные продукты горения.

8. Лесной пожар – это процесс горения, стихийно распространяющийся по всей поверхности земли.

9. Водителю велосипеда не запрещается:

- А) двигаться по проезжей части улицы при наличии рядом велосипедной дорожки
- Б) иметь звуковой сигнал
- В) двигаться при неисправности тормозной системы
- Г) ездить на велосипеде, не держась за руль хотя бы одной рукой

Вариант 2

1. В каких единицах измеряется скорость ветра?

- А) в килограммах;
- Б) в сантиметрах;
- В) в километрах;
- Г) в метрах в секунду;

2. Как нужно действовать, если услышишь сигналы сирены? (выбери правильный ответ)

- А) включить телевизор и прослушать сообщение о случившемся;
- Б) выключить телевизор и электричество;
- В) перекрыть воду и газ;
- Г) взять необходимые вещи, документы, ценности и эвакуироваться.

3. Здоровье - это:

- а) состояние, когда человек не чувствует боли;
- б) состояние полного физического, психического и социального благополучия;
- в) отсутствие болезней.

4. Первая помощь – это

- а) помощь до момента прибытия квалифицированной медицинской помощи;
- б) помощь врачей;
- в) помощь только в больнице.

5. Можно ли остановить венозное и капиллярное кровотечение давящей повязкой?

- а) да
- б) нет

6. Если Вы провалились в болото, необходимо:

- а) постараться выбраться вплавь;
- б) выбираться медленно, опираясь на шест, не делая резких движений;

в) выбираться, цепляясь за болотные кустарники и кочки.

7. На велосипеде по улицам города разрешено ездить лицам не моложе:

- а) 10 лет;
- б) 12 лет;
- в) 14 лет.

8. Каким прибором измеряют атмосферное давление?

- А) спидометр;
- Б) термометр;
- В) тонометр;
- Г) барометр;
- Д) линейка.

9. Лесной пожар – это процесс горения. стихийно распространяющийся по всей поверхности земли.

Промежуточная аттестация. Контрольная работа.

Вариант 1

1. К ЧС геологического характера относятся. Приведите 3 примера
2. К ЧС метеорологического характера относятся ... приведите 3 примера
3. К ЧС геофизического характера относятсяприведите 2 примера
4. Опишите что собой представляет вулкан.
5. Обвал – это
6. Оползень – это
7. Главной причиной образования оползней является?
8. Сель – это.....
9. Нарисуйте схему землетрясения, изобразив на ней эпицентр и очаг.
10. Прибор который улавливает и регистрирует подземные толчки
11. Как нужно действовать, если услышишь сигналы сирены?
 - А) включить телевизор и прослушать сообщение о случившемся;
 - Б) выключить телевизор и электричество;
 - В) перекрыть воду и газ;
 - Г) взять необходимые вещи, документы, ценности и эвакуироваться.
12. Если Вы провалились в болото, необходимо:
 - а) постараться выбраться вплавь;
 - б) выбираться медленно, опираясь на шест, не делая резких движений;
 - в) выбираться, цепляясь за болотные кустарники и кочки.
13. Здоровье - это:
 - а) состояние, когда человек не чувствует боли;
 - б) состояние полного физического, психического и социального благополучия;
 - в) отсутствие болезней.
14. Первая помощь –это
 - а) помощь до момента прибытия квалифицированной медицинской помощи;

- б) помощь врачей;
- в) помощь только в больнице.

15. Можно ли остановить венозное и капиллярное кровотечение давящей повязкой?

- а) да
- б) нет

Вариант 2

1. К ЧС геологического характера относятся Приведите 3 примера

2. К ЧС метеорологического характера относятся Приведите 3 примера

3. К ЧС геофизического характера относятсяприведите 2 примера

4. Опишите что собой представляет вулкан.

5. Цунами – это

6. Наводнение – это

7. Главной причиной образования оползней является?

8. Циклон – это.....

9. Нарисуйте схему землетрясения, изобразив на ней эпицентр и очаг.

10. Прибор который улавливает и регистрирует подземные толчки?

11. Каким прибором измеряют атмосферное давление?

- А) спидометр;
- Б) термометр;
- В) тонометр;
- Г) барометр;
- Д) линейка.

12. В каких единицах измеряется скорость ветра?

- А) в килограммах;
- Б) в сантиметрах;
- В) в километрах;
- Г) в метрах в секунду;

13. Землетрясением называют ...

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

14. К каким ЧС относятся: землетрясения, природные пожары, цунами?

- а) ЧС экологического характера;
- б) ЧС природного характера;
- в) ЧС техногенного характера;

15. На вас загорелась одежда. Выберите порядок действий.

- а) побежите и постараетесь сорвать одежду;
- б) остановитесь, упадете и покатитесь, сбивая пламя;
- в) завернетесь в одеяло или обмотаетесь плотной тканью.

