

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

**Управления образования и молодежной политики Грязовецкого муниципального округа
Вологодской области**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Грязовецкого
муниципального округа Вологодской области «Средняя школа №1 г.Грязовца»**

ПРИНЯТ

**На заседании педагогического совета
МБОУ «Средняя школа №1
г.Грязовца»**

протокол №1 от 30.08.2023г.



**Директор МБОУ «Средняя школа №1
г.Грязовца»**

/Е.Ю. Левчук/

приказ директора № 280 от 31.08.2023г.

**Рабочая программа
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»»
5-9 класс
ФГОС ООО**

**Разработчик программы:
У.В. Сынкova,
преподаватель-организатор ОБЖ**

**Грязовец
2023**

Содержание программы

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
2. Содержание учебного предмета
3. Тематическое планирование

Рабочая программа по ОБЖ для 5 – 9 класса составлена на основании требований следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644, от 31.12.2015 N 1577) (далее ФГОС ООО)

2. Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15)

3. Программы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. ОБЖ. Программа. 5-9 классы. -М: Просвещение, 2012

4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ по отдельным учебным предметам, дисциплинам, курсам Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №1 г. Грязовца»

Структурные компоненты предмета «ОБЖ» представлены в двух учебных модулях, охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности. Каждый модуль содержит два раздела и шесть тем.

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Модуль включает два раздела.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности (может изучаться в 5—9 классах).

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (может изучаться в 7—9 классах).

Модуль II. Здоровый образ жизни и оказание первой медицинской помощи Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь.

Модуль включает два раздела.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни.

Раздел 4. Оказание первой медицинской помощи

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты обучения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (УУД)

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Формирование ИКТ – компетентности.

1. Создание графических объектов

— умения создавать специализированные карты и диаграммы: исторические, хронологические;

2. Создание, восприятие и использование гипермедиасообщений

- умения работать с особыми видами сообщений: диаграммами алгоритмическими, концептуальными, классификационными, организационными, родства и др.), картами (историческими, хронологическими) и спутниковыми фотографиями, в том числе в системах глобального позиционирования;
- умения проводить деконструкцию сообщений, выделение в них структуры, элементов и фрагментов;
- умения использовать при восприятии сообщений внутренние и внешние ссылки;
- умения формулировать вопросы к сообщению, создавать краткое описание сообщения; цитировать фрагменты сообщения;
- умения избирательно относиться к информации в окружающем информационном пространстве, отказываться от потребления ненужной информации;

3. Поиск и организация хранения информации

- умения использовать различные приёмы поиска информации в Интернете, поисковые сервисы, строить запросы для поиска информации и анализировать результаты поиска;
- умения использовать приёмы поиска информации на персональном компьютере, в информационной среде учреждения и в образовательном пространстве;
- умения использовать различные библиотечные, в том числе электронные, каталоги для поиска необходимых книг;
- умения искать информацию в различных базах данных, создавать и заполнять базы данных, в частности использовать различные определители;
- умения формировать собственное информационное пространство: создавать системы папок и размещать в них нужные информационные источники, размещать информацию в Интернете.

Предметные результаты обучения:

Выпускник научится:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Содержание учебной программы для 5—9 классов

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

1.1. Пожарная безопасность Пожары в жилых и общественных зданиях, причины их возникновения и возможные последствия. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1.2. Безопасность на дорогах Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

1.3. Безопасность в быту Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

1.4. Безопасность на водоемах Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Само- и взаимопомощь терпящих бедствие на воде.

1.5. Экология и безопасность Загрязнение окружающей природной среды. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

1.6. Опасные ситуации социального характера Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте.

Продолжение 10

Тема 2. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

2.1. Подготовка к активному отдыху на природе Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

2.2. Активный отдых на природе и безопасность Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

2.3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

2.4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

2.5. Опасные ситуации в природных условиях Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Тема 3. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

3.1. Наиболее опасные террористические акты Взрывы в местах массового скопления людей. Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удержание в них заложников.

3.2. Правила поведения при возможной опасности взрыва Признаки, по которым можно судить о возникновении опасности взрыва. Правила безопасного поведения, если взрыв произошел, если вас завалило обломками стен.

3.3. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищении Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения при нападении с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета. Правила поведения при перестрелке.

Тема 4. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

4.1. Чрезвычайные ситуации природного характера Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). 11 Защита населения от

чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населения по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты. Аварии на радиационно опасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах и на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия. Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Наркотизм и национальная безопасность России. Защита населения от чрезвычайных ситуаций социального характера. Правила личной безопасности в чрезвычайных ситуациях социального характера.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 5. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций

5.1. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности.

5.2. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее задачи. Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности страны, ее задачи и предназначение. Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России в формировании современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны.

5.3. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

12 Тема 6. Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации

6.1. Система борьбы с терроризмом Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Основные принципы противодействия терроризму. Контртеррористическая операция. Применение Вооруженных сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

6.2. Государственная политика противодействия наркотизму Основные понятия о наркотизме, наркомании, причинах их распространения. Последствия наркомании и ее влияние на национальную безопасность России. Нормативно-правовая база борьбы с наркобизнесом. Профилактика наркомании. Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровый образ жизни и его составляющие

7.1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического развития человека; особенности психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств. Социальное развитие человека и его взаимоотношения с окружающими людьми. Формирование личности человека, значение и роль его взаимоотношений со взрослыми, родителями, сверстниками. Взаимоотношения человека и общества. Ответственность несовершеннолетних.

7.2. Здоровый образ жизни и его составляющие Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье

8.1. Вредные привычки и их влияние на здоровье Основные понятия вредных привычек. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.

8.2. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. СПИД — угроза здоровью личности и общества.

13 Профилактика инфекций, передаваемых половым путем и ВИЧ-инфекции.

Тема 9. Правовые аспекты взаимоотношения полов

9.1. Семья в современном обществе Законодательство и семья. Основы семейного права в РФ. Брак и семья, основные понятия и определения. Семья и здоровый образ жизни, основные функции семьи. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 10. Основы медицинских знаний

10.1. Основы медицинских знаний Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений. Средства оказания первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Природные лекарственные средства. Перевязочные материалы,

дезинфицирующие средства. Основные неинфекционные заболевания, их причины, связь с образом жизни. Профилактика неинфекционных заболеваний. Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики.

Тема 11. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

11.1. Правила оказания первой медицинской помощи Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Тема 12. Первая медицинская помощь при массовых поражениях

12.1. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях Основные причины возникновения массового поражения людей природного, техногенного и социального характера. Основные мероприятия, проводимые в местах массового поражения людей (извлечение пострадавшего из-под завала; введение обезболивающих средств; освобождение верхних дыхательных путей и др.).

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Пожарная безопасность.

Безопасность на дорогах.

Безопасность в быту.

Безопасность на водоёмах.

Экология и безопасность.

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

Подготовка к активному отдыху на природе.

Активный отдых на природе и безопасность.

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Организационные основы по обеспечению защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ТЕРРОРИЗМУ И ЭКСТРЕМИЗМУ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства

Основные причины возникновения терроризма и экстремизма.

Противодействие терроризму в мировом сообществе.

Нормативно-правовая база противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Положения Конституции Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.

Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г.

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации.

Содержание законов Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремистской деятельности.

Национальный антитеррористический комитет (НАК).

Деятельность Федеральной службы контроля наркотиков России (ФСКН России) по остановке развития наркосистемы, изменению наркоситуации, ликвидации финансовой базы наркомафии.

Профилактика наркозависимости.

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма.

Контртеррористическая операция.

Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.

Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности

Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за антиобщественное поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности.

Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Взрывы в местах массового скопления людей.

Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удерживание в них заложников.

Правила поведения при возможной опасности взрыва. Правила безопасного поведения, если взрыв произошёл. Меры безопасности в случае похищения или захвата в заложники.

Обеспечение безопасности при захвате самолёта. Правила поведения при перестрелке.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни и его составляющие

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие здоровье

Вредные привычки и их влияние на здоровье (курение, употребление алкоголя, наркомания).

Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.

Правовые аспекты взаимоотношения полов

Семья в современном обществе.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Оказание первой помощи

Первая помощь и правила её оказания.

Средства оказания первой помощи.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики. Первая помощь при неотложных состояниях.

Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Первая помощь при массовых поражениях

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях.

Тематическое планирование в соответствии с учебниками:

1. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2012.
2. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2012.
3. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2011.

Итоговый контроль за курс 5 класса

1 вариант

1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города:

- а) милиция, служба городского пассажирского транспорта, служба газа;
- б) «скорая помощь», служба спасения, милиция; в) пожарная охрана, служба связи, городская справочная служба.

2. Затопление в жилище может произойти в результате:

- а) засорения системы канализации; б) неисправности запорных устройств (кранов);
- в) неисправности электропроводки и освещения; г) сквозных трещин в перегородках.

3. Вы пришли домой, поставили полный чайник на газовую плиту и, закрыв дверь на кухню, пошли смотреть телевизор. Вдруг почувствовали запах газа. На улице сумерки.

Какова очередность ваших дальнейших действий:

- а) включить свет и посмотреть, в чем причина утечки газа, открыть окно, пойти к соседям и позвонить в аварийную службу;
- б) выключить телевизор, перекрыть газовый кран, открыть окно, плотно закрыть дверь в кухню;
- в) зайти на кухню, перекрыть газовый кран, открыть окно, плотно закрыть дверь в кухню, пойти к соседям и позвонить в аварийную службу.

4. Какова правильная последовательность действий при пожаре:

- а) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения, открыть окно для удаления дыма, позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре;
- б) немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь, позвать на помощь взрослых, если их нет, то позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре;
- в) позвонить на работу родителям и сообщить о пожаре, попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения.

5. Зонами опасности в метро являются:

- а) турникеты на входе, эскалатор, перрон, вагон поезда;
- б) вход и выход (из) метро, площадка перед эскалатором;
- в) вагон поезда, эскалатор, переходы с одной станции на другую.

6. При движении в вашем вагоне поезда появился сильный запах гари и дыма. Как вы будете действовать:

- а) дернете за рукоятку стоп-крана;
- б) сообщите проводнику, соберете вещи и перейдете в другой вагон;
- в) сообщите проводнику, соберете вещи и будете ждать в купе указаний;
- г) пойдете по соседним купе и будете сообщать о случившемся пассажирам.

7. Вы заходите в свой подъезд, слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Как вы поступите:

- а) будете спокойно подниматься домой;
- б) будете ждать, пока они уйдут;
- в) будете дожидаться взрослого знакомого человека, входящего в подъезд, и попросите проводить вас до квартиры.

8. Вы пришли домой и заметили, что в квартире кто-то побывал (распахнута дверь, выбито окно и т. п.). Ваши действия:

- а) войдете в квартиру, осмотрите ее, установите, какие вещи исчезли, и сообщите об этом в милицию;
- б) не будете входить в квартиру, а вызовете милицию по телефону от соседей;
- в) войдете в квартиру и сразу сообщите в милицию по телефону 02.

9. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

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

10. 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.

Ответ: 1-б, 2-а, 3-в, 4-б, 5-а, 6-б, 7-в, 8-б, 9-а, 10-б.

2- вариант

1. Укажите, какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности:

- а) номер телефона и адрес;
- б) причину вызова, свои имя и фамилию, номер телефона и адрес;
- в) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов.

2. Запорным устройством в системе водоснабжения квартиры (дома) являются;

- а) трубопроводы горячей и холодной воды;
- б) батареи центрального отопления;
- в) поплавковый клапан в сливном бачке туалета.

3. Нужно покинуть здание (квартиру) после взрыва:

- а) в любом случае;
- б) если существует угроза обрушения конструкции здания;
- в) если не разрушена лестничная клетка,

4. Для приведения огнетушителя ОП-10 в действие необходимо:

- а) поднести огнетушитель к очагу пожара, прочистить спрыск (отверстие), поднять рукоятку до отказа на 180 градусов, перевернуть огнетушитель вверх дном, встряхнуть и направить струю на очаг загорания;
- б) поднести огнетушитель к очагу пожара, перевернуть вверх дном, не трогая рукоятку, встряхнуть и направить струю на очаг загорания;
- в) поднести огнетушитель к очагу пожара, поднять рукоятку до отказа на 180 градусов, не переворачивая его вверх дном, встряхнуть и направить струю на очаг загорания.

5. В ненастную, сырую погоду вы едете в троллейбусе. В результате порыва ветра произошел обрыв контактного провода, который упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери для выхода пассажиров. Как вы будете покидать троллейбус:

- а) через окно;
- б) через двери по ступенькам;
- в) через дверь только прыжком.

6. При аварийной посадке самолета надо:

- а) руки сложить на животе, согнуться и поджать ноги;
- б) надеть спасательный жилет, руками упереться в спинку переднего сиденья, а голову зажать между коленями;
- в) согнуться, наклонить голову как можно ниже и прикрыть руками, упереться ногами в спинку переднего сиденья.

7. По дороге из школы домой к вам подходит незнакомец и предлагает подвезти до дома. Как вы поступите:

- а) вы с ним заговорите и начнете расспрашивать, где вы будете кататься;
- б) скажете, что сейчас не можете, но с удовольствием покатаетесь в следующий раз и попросите позвонить вам по домашнему телефону, чтобы договориться о времени и месте встречи;
- в) согласитесь покататься только 10—15 минут при условии, что он потом проводит вас домой;
- г) скажете: «Нет. Я не поеду» — и отойдете или перейдете на другую сторону дороги.

8. Молодой человек интеллигентного вида подходит к вам и говорит, что является знакомым родителей и просит впустить его в квартиру, чтобы там подождать папу или маму и сделать им сюрприз. Ваши действия:

- а) не впустите незнакомца в квартиру ни при каких обстоятельствах;
- в) поднести огнетушитель к очагу пожара, поднять рукоятку до отказа на 180 градусов, не переворачивая его вверх дном, встряхнуть и направить струю на очаг загорания.
- б) спросите у незнакомца фамилию, имя, отчество папы и мамы, где они работают и, получив правильный ответ, впустите его в квартиру;
- в) спросите у незнакомца более подробные сведения о родителях (например, откуда он их знает), после чего впустите в квартиру.

9. Возвращаясь вечером домой, вы будете:

- а) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;
- б) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги;
- в) воспользуетесь попутным транспортом.

10. 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.

Ответ: 1-б, 2-в, 3-б, 4-а, 5-в, 6-в, 7-г, 8-а, 9-б, 10-в.

6 класс

Проверочный тест:

«Экстремальные ситуации в природных условиях» и «Смена климатографических условий»

1. Какую опасность называют потенциальной?

- 1. самую большую
- 2. возможную
- 3. неожиданную
- 4. маловероятную

2. Люди начинают ощущать кислородное голодание на высоте:

- 1. 1500 м
- 2. 2000 м
- 3. 2500 м
- 4. 3000 м

3. Акклиматизация происходит медленнее, если:

- 1. закалять организм
- 2. соблюдать режим питания
- 3. ложиться спать когда хочется
- 4. пить воду из стандартных источников или кипяченую

4. При подготовке к походу необходимо учитывать природные факторы. Какой фактор не является природным:

- 1. климатические условия
- 2. рельеф местности
- 3. возможность стихийных бедствий
- 4. загрязнение воды и почвы

5. Любая деятельность человека таит в себе скрытую, проявляющуюся лишь в определенных условиях, опасность:

- 1. нет
- 2. да

6. В личное снаряжение однодневного похода не входит:

- 1. перочинный нож
- 2. саперная лопатка
- 3. фляга для воды
- 4. полотенце и мыло

7. Шестеро ребят отправились в лыжный поход и ушли от поселка на 5-6 километров. Не сразу заметили, что один из них отстал. Как им лучше поступить:

- 1. идти всем вместе
- 2. послать на поиски самого старшего или опытного

8. Остаться на месте аварии следует, если:

1. нет уверенности, что будут искать именно здесь
2. местность с густой растительностью
3. известно местонахождение ближайшего населенного пункта
4. есть раненые

9. Шум трактора слышен за:

1. 2-3 км
2. 3-5 км
3. 10-15 км
4. 15-20 км

10. Место, с которого все еще можно вернуться назад на место аварии, называется:

1. точка возврата
2. точка возвращения
3. обратная точка

ОТВЕТЫ:

№ *вопр.*

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10

№ *отв.*

2
4
3
4
2
2
1
4
2
1

Обобщающий контроль №1

«ЭС в природе и первоочередные действия человека попавшего в нее»

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:
 - а) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;
 - б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;
 - в) потеря части продуктов питания, потеря компаса.

2. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то необходимо:
 - а) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;
 - б) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца;
 - в) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек.
3. Наиболее удобной обувью в походе считаются:
 - а) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;
 - б) туристические ботинки, кеды, кроссовки;
 - в) полуботинки, сапоги, туфли.
4. Ориентирование – это:
 - а) определение своего местонахождения относительно сторон горизонта;
 - б) поиск пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования;
 - в) нахождение человека в определенном месте в определенное время.
5. По каким местным приметам можно определить стороны света:
 - а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов, 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.
6. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:
 - а) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
 - б) добавление в воду марганцовки;
 - в) кипячение воды.
7. Какое время является лучшим для рыбной ловли:
 - а) утро (на рассвете); б) полдень;
 - в) ночь (после наступления темноты); г) в течение дня.
8. Что важнее для сохранения жизни и здоровья потерпевших:
 - а) пища; б) вода.
9. Можно ли пить морскую воду, пустынный рассол:
 - а) можно; б) нельзя.
9. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:
 - а) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды;
 - б) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле - источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;
 - в) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.
9. Вас одиннадцать человек, вам нужно не просто приготовить пищу на костре, но и обсушиться около него, согреться. Какой тип костра вы для этого выберите:
 - а) «колодец»; б) «шалаш»; в) таежный; г) «пирамида»; д) «камин».
9. Какие типы костров предназначены для приготовления большого количества пищи, просушки вещей, согревания людей, если они ночуют около костра:
 - а) сигнальные;
 - б) пламенные;
 - в) жаровые (длительного горения);
 - г) простейшие очаги (закрытый огонь).

13. Выбери приметы хоженной травы:
- А) высокая трава,
 - Б) примятая трава,
 - В) следы от транспорта,
 - Г) растущие на тропе грибы и ягоды,
 - Д) фантики от конфет, остатки пищи, окурки,
 - Е) наличие следов птиц и зверей.

14. По каким местным приметам можно определить стороны света:

- А) стволам и коре деревьев, В) кустам и сухой траве,
- Б) направлению течения ручьёв,

Ключи к тесту

1 – а

2 – а

3 – б

4 – а

5 – а

6 – в

7 – а

8 – б

9 – б

10 – б

11 – в

12 - в

13- б,в,д.

14–а.

Итоговая работа за курс 6 класса Устный опрос + тест

I. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования в природных условиях.

Выберите правильный ответ.

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:

- а) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;
- б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;
- в) потеря части продуктов питания, потеря компаса.

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

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

3. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

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

в) полуботинки, сапоги, туфли.

4. Ориентирование – это:

- а) определение своего местонахождения относительно сторон горизонта;
- б) поиск пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования;
- в) нахождение человека в определенном месте в определенное время.

5. По каким местным приметам можно определить стороны света:

- а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов, 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 спеленных деревьев.

6. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

- а) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
- б) добавление в воду марганцовки;
- в) кипячение воды.

7. Какое время является лучшим для рыбной ловли:

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

8. Что важнее для сохранения жизни и здоровья потерпевших:

- а) пища; б) вода.

9. Можно ли пить морскую воду, пустынный рассол:

- а) можно; б) нельзя.

9. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:

- а) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды;
- б) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле - источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;
- в) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.

9. Вас одиннадцать человек, вам нужно не просто приготовить пищу на костре, но и обсушиться около него, согреться. Какой тип костра вы для этого выберете:

- а) «колодец»; б) «шалаш»; в) таежный; г) «пирамида»; д) «камин».

9. Какие типы костров предназначены для приготовления большого количества пищи, просушки вещей, согревания людей, если они ночуют около костра:

- а) сигнальные;
- б) пламенные;
- в) жаровые (длительного горения);
- г) простейшие очаги (закрытый огонь).

II. Основы медицинских знаний.

Верно ли утверждение?

- 1. В аптечку должны быть включены простейшие медицинские инструменты: ножницы и скальпель.
а) да; б) нет.
- 2. Перед тем как воспользоваться каким-либо лекарством, обязательно читать правила по его применению.
а) да; б) нет.
- 3. Вместо раствора йода можно использовать жгучий красноватый сок медуницы.
а) да; б) нет.
- 4. Гематома – это излитие и скопление крови под кожей и в мышцах.

- а) да; б) нет.
5. Ушиб – это нарушение целостности кожи, которое возникает от острых, режущих предметов (бритвы, стекла, ножа, осколка льда или стекла).
а) да; б) нет.
6. Особую опасность представляют укусы в области шеи, лица, кистей рук.
а) да; б) нет.
7. При укусе змеи на коже остаются одна или две точки, появляется сильная боль, покраснение и видимый отек, чувство онемения.
а) да; б) нет.
8. Солнечный удар поражает человека, который долго находился под жарким солнцем с непокрытой головой: на пляже, на улице, в походе.
а) да; б) нет.

Ключи к тесту

I. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования в природных условиях.

- 1 – а
2 – а
3 – б
4 – а
5 – а
6 – в
7 – а
8 – б
9 – б
10 – б
11 – в
12 – в

II. Основы медицинских знаний.

- 1 – а
2 – б
3 – а
4 – а
5 – б
6 – а
7 – а
8 – а

7класс

Тест по теме «Землетрясения»

1. Что такое землетрясение? Укажите правильный ответ.

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

2. Основными причинами землетрясений являются:

- а) волновые колебания в скальных породах;
б) строительство крупных водохранилищ в зонах тектонических разломов;

в) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;

г) вулканические проявления в земной коре.

3. Основными причинами несчастных случаев при землетрясениях являются:

а) неконтролируемые действия людей в результате паники;

б) отсутствие защитных сооружений (убежищ);

в) затопление;

г) разрушение и падение конструкций зданий;

д) отсутствие средств индивидуальной защиты органов дыхания;

е) пожары, вызванные утечкой газа из поврежденных труб, и замыканием электролиний;

ж) падение тяжелых предметов в квартире;

з) отсутствие средств пожаротушения.

4. Признаками приближающегося землетрясения могут быть следующие явления:

а) резкое изменение погодных условий;

б) голубоватое свечение внутренней поверхности домов;

в) искрение близко расположенных (но не соприкасающихся) электрических проводов;

г) самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов;

д) запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось;

е) выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;

ж) вспышки в виде рассеянного света зарниц.

5. Выберите меры безопасности, которые должны принять заблаговременно жители сейсмоопасных районов для снижения ущерба от землетрясений:

а) знать, где и как отключать электричество, газ и воду в квартире, подъезде, доме;

б) определить наиболее безопасные места в квартире, в которых можно переждать толчки;

в) забить окна, заделать проемы и отверстия в строительных конструкциях квартиры;

г) провести герметизацию помещений;

д) заранее подготовить самые необходимые вещи на случай эвакуации и хранить их в месте, известном всем членам семьи;

е) заранее закрепить мебель, чтобы она не могла упасть во время толчков;

ж) пройти предварительную регистрацию в пунктах эвакуации;

з) вынести ненужные вещи и предметы в коридор, на лестничную клетку, балкон, лоджию;

и) хранить емкости с легковоспламеняющимися веществами и препаратами бытовой химии так, чтобы они не могли упасть и разбиться при колебании здания;

- к) заранее сделать дубликаты ключей от квартиры, дома;
- л) не загромождать вещами вход в квартиру, коридоры и лестничные площадки.

6. Выберите из перечисленных мест наиболее подходящие для укрытия в здании (помещении) при землетрясении. Объясните, почему эти места считаются наиболее безопасными:

- а) места внутри шкафов, комодов, гардеробов;
- б) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями;
- в) места у колонн;
- г) места под подоконником;
- д) углы, образованные внутренними перегородками;
- е) вентиляционные шахты и короба;
- ж) проемы в капитальных внутренних стенах;
- з) балконы и лоджии;
- и) углы, образованные капитальными внутренними стенами;
- к) места внутри кладовок и встроенных шкафов;
- л) дверные проемы.

7. Вы находитесь в школе. Идет урок. Слышен звук сирены. В класс вбежал дежурный по школе и сообщил, что по радио передано сообщение о приближающемся землетрясении. Определите ваши дальнейшие действия и укажите их в логической последовательности:

- а) отключить электричество;
- б) забить окна;
- в) попытаться быстро покинуть здание школы и поехать (пойти) домой;
- г) эвакуироваться вместе с классом из здания школы; д) занять место вдали от зданий и линий электропередач.

8. Вы находитесь дома один. К вам забежал сосед и сообщил, что вот-вот ожидается землетрясение. Определите ваши дальнейшие действия и установите их очередность:

- а) закрыть окна и двери;
- б) отключить электричество;
- в) перекрыть газ и воду;
- г) позвонить родителям на работу, предупредить о землетрясении и договориться о месте встречи;
- д) потушить огонь в печи;
- е) быстро собрать необходимые документы, запас продуктов питания и воды;
- ж) перейти в подвальное помещение или защитное сооружение;

з) покинуть дом, занять место вдали от зданий и линий электропередач.

9. Оповещение об угрозе землетрясения застало вас на улице. Что вы будете делать? Найдите правильный ответ:

а) быстро занять место в ближайшем овраге, кювете, яме;

б) вбежать в ближайшее здание и укрыться;

в) занять место вдали от зданий и линий электропередач.

10. Вы находитесь дома. Неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекла, посуды. Времени, чтобы выбежать из дома нет. Определите, что вы будете делать и в какой последовательности:

а) отключить электричество, газ, воду;

б) занять безопасное место в проеме дверей;

в) позвонить в аварийную службу;

г) занять место у окна;

д) отойти от окон и предметов мебели, которые могут упасть.

11. Предположите, что в вашем городе (поселке) случилось землетрясение. Разрушено много домов. Ваш дом (панельный) устоял, но получил серьезные повреждения: кое-где обрушились лестничные марши, выпали стекла. Ваша квартира на третьем этаже. Вы находитесь недалеко от дома. Начинается дождь, темнеет. Вдали виднеется сарай. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) зайти в дом и переночевать, ведь квартира цела;

б) зайти в дом, чтобы взять плащ и теплые вещи;

в) пойти к виднеющемуся вдали сараю и укрыться от дождя в нем;

г) пойти поискать знакомых, чтобы у них переночевать;

д) развести у дома костер из разбитой мебели и деревянных обломков;

е) поискать топлива и развести костер, если нет запаха газа.

12. Предположите, что во время землетрясения вы не успели эвакуироваться из квартиры, которая расположена на втором этаже пятиэтажного дома. Здание получило серьезные повреждения, частично разрушено. Вы попали под завал, нога придавлена упавшей конструкцией. Ногу вы освободили, шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства. Выход из помещения заблокирован. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

а) будете кричать, звать на помощь, стучать металлическими предметами по трубам, плитам;

б) будете разгребать завал в сторону выхода из помещения;

в) окажете себе посильную помощь, растирая придавленную ногу;

- г) попробуете подойти к оконному проему;
- д) постараетесь установить подпорки под конструкции над вами;
- е) если найдете спички, попытаетесь развести небольшой костер, чтобы согреться и осмотреться вокруг;
- ж) постараетесь найти теплые вещи или одеяло и укрыться.

Ответы на тесты по ОБЖ

7 класс

Землетрясения

- | | | | |
|---------------|-------------------|---------------|------------|
| 1. а. | 4. б;в;д;ж. | 7. а;г;д. | 10. а;д;б. |
| 2. б;в. | 5. а;б;д;е;ж;и;л. | 8. б;в;д;е;з. | 11. в;е. |
| 3. а;г;е;ж;з. | 6. б;в;ж;и;л. | 9. в. | |

Тема: «Пожарная безопасность. Безопасность на дорогах» - 8 класс

I вариант

1. Проставьте очередность действий при обнаружении запаха газа:

- а) дожидаться взрослых;
- б) не включать свет;
- в) проверить и закрыть вентиль;
- г) проветрить помещение;
- д) позвонить в газовую службу;
- е) покинуть помещение.

2. Как сбить пламя на человеке:

- а) быстро побежать;
- б) накрыть горящего одеялом;
- в) сбить пламя веткой.

3. Как можно переходить улицу вдвоем:

- а) взявшись за руки;
- б) убедившись в отсутствии транспорта;
- в) бегом.

4. Что нужно сделать, если вы стали свидетелем случая, когда машина сбила пешехода, и скрылась с места происшествия:

- а) кричать и звать взрослых на помощь;
- б) пойти домой и рассказать друзьям о происшествии;
- в) запомнить номера машины и сообщить о случившемся в милицию.

5. Где можно переходить дорогу вне населенного пункта, если нет пешеходного перехода:

- а) на повороте дороги влево;
- б) за подъемом дороги;
- в) там, где дорога хорошо просматривается во все стороны.

6. По какой стороне пешеходного перехода должен идти пешеход:

- а) по стороне, где больше места;
- б) по его левой половине;
- в) по его правой половине.

7. Где можно ждать автобуса:

- а) на посадочной площадке;
- б) на обочине дороги;

в) в любом месте на проезжей части.

8. На оборудованном дополнительным сидением и подножками велосипеде можно перевозить:

- а) взрослого;
- б) одного ребенка;
- в) двоих детей.

9. Что обозначает термин «авария»:

- а) опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории, угрозу жизни и здоровью людей и приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования и транспортных средств, нарушению производственного или транспортного процесса, а также к нанесению ущерба окружающей среде;
- б) ситуация, при которой, поражающие факторы и воздействие такой ситуации выходят за пределы одного государства;
- в) крупнейшая авария, повлекшая за собой человеческие жертвы, значительный материальный ущерб и другие тяжелые последствия.

10. Выберите из предложенного списка виды транспортных аварий (катастроф):

- а) выход из строя транспортных электроконтактных сетей;
- б) утрата биологически опасных веществ;
- в) аварии на магистральных трубопроводах;
- г) аварии товарных поездов;
- д) обрушение производственных зданий и сооружений;
- е) аварии на электроэнергетических сетях с долговременным перерывом электроснабжения основных потребителей.

11. Назовите наиболее опасные пожаро- и взрывоопасные предприятия:

- а) предприятия газовой промышленности;
- б) предприятия рыбной промышленности;
- в) предприятия целлюлозно-бумажной промышленности;
- г) предприятия производящие пиротехнику;
- д) предприятия по производству минеральной воды;
- е) предприятия по производству асбестовых плит.

12. Назовите характерные особенности взрыва:

- а) наличие горючего вещества;
- б) большая скорость химического превращения;
- в) наличие окислителя;
- г) наличие источника воспламенения;
- д) большое количество газообразных продуктов;
- е) сильный звуковой эффект;
- ж) мощное дробящее действие.

Ключ к тестам: 1. б в г д е а; 2. б; 3. б; 4. в; 5. в; 6. в; 7. а; 8. б; 9. а; 10. в,г; 11. а,в,г; 12. б,д,е,ж.

Тема: «Пожарная безопасность. Безопасность на дорогах»

II вариант

1. Чтобы вы сделать, если в квартире запахло горелой резиной:

- а) найти источник запаха и устранить причину;
- б) продолжать играть в дэнди;
- в) ждать родителей.

2. Почему нельзя закрывать вентиляционные отверстия у телевизора и электроприборов:

- а) будит плохо работать телевизор;
- б) может перегреться и вспыхнуть;
- в) чтобы вовремя обнаружить дым.

3. Можно ли играть на дороге или около неё:

- а) конечно можно;
- б) нельзя;
- в) если предпринять меры безопасности.

4. По какой стороне тротуара можно ходить:

- а) по правой;
- б) по левой;
- в) по любой.

5. Где пешеход должен ожидать смену сигнала светофора, если он не успел перейти дорогу:

- а) остановиться там, где застал сигнал светофора;
- б) быстро закончить переход;
- в) остановиться на середине дороги.

6. На втором сиденье мотоцикла разрешается перевозить пассажира только с:

- а) 12 лет;
- б) с 7 лет;
- в) в любом возрасте.

7. Разрешается ли буксировать велосипед велосипедом:

- а) разрешается, но не более одного;
- б) разрешается только на жестко сцепке;
- в) не разрешается.

8. Велосипедисты движущиеся группой по дороге могут ехать:

- а) в один ряд друг за другом;
- б) в два ряда;
- в) в три ряда.

9. Что обозначает термин «производственная катастрофа»:

- а) опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории, угрозу жизни и здоровью людей и приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования и транспортных средств, нарушению производственного или транспортного процесса, а также к нанесению ущерба окружающей среде;
- б) ситуация, при которой, поражающие факторы и воздействие такой ситуации выходят за пределы одного государства;
- в) крупнейшая авария, повлекшая за собой человеческие жертвы, значительный материальный ущерб и другие тяжелые последствия.

10. Выберите из предложенного списка виды аварий на электроэнергетических системах:

- а) выход из строя транспортных электроконтактных сетей;
- б) утрата биологически опасных веществ;
- в) аварии на магистральных трубопроводах;
- г) аварии товарных поездов;
- д) обрушение производственных зданий и сооружений;
- е) аварии на электроэнергетических сетях с долговременным перерывом электроснабжения основных потребителей.

11. Назовите наименее опасные пожаро- и взрывоопасные предприятия:

- а) предприятия газовой промышленности;
- б) предприятия рыбной промышленности;
- в) предприятия целлюлозно-бумажной промышленности;
- г) предприятия производящие пиротехнику;
- д) предприятия по производству минеральной воды;
- е) предприятия по производству асбестовых плит.

12. Назовите характерные особенности пожара:

- а) наличие горючего вещества;
- б) большая скорость химического превращения;
- в) наличие окислителя;
- г) наличие источника воспламенения;
- д) большое количество газообразных продуктов;
- е) сильный звуковой эффект;
- д) мощное дробящее действие.

Ключ к тестам: 1. а; 2. б; 3. б; 4. в; 5. б; 6. а; 7. в; 8. а; 9. в; 10. а,е; 11. б,д,е; 12. а,в,г.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений. 7 класс

Тема урока	Материалы по Вологодской области и Грязовецкому району	Всего часов
Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	Опасные природные явления в Грязовецком районе	1 (как компонент урока)
Лесные и торфяные пожары	Наиболее пожароопасные места в Грязовецком районе	1 (как компонент урока)
Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую деятельность.	Службы области, обеспечивающие безопасность	1 (как компонент урока)
Стресс и его влияние на организм человека.	Службы психологической помощи города Грязовец	1 (как компонент урока)

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений. 8 класс

Тема урока	Материалы по Вологодской области и Грязовецкому району	Всего часов
Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения	Аварии на пожаро и взрывоопасных объектах. Виды объектов в Грязовецком районе	1 (как компонент урока)
Права. Обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре.	Службы обеспечения безопасности Грязовецкого района	1 (как компонент урока)
Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.	Безопасность на водоёмах посёлка в различное время года	1 (как компонент урока)

Обеспечение защиты населения от аварий на гидротехнических сооружениях.	Гидротехнические сооружения района. Аварии на ГТС. Последствия.	1 (как компонент урока)
---	---	-------------------------

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
5 класс		17
1.	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Необходимость изучения предмета ОБЖ .	1
2.	Укрепляем нервную систему	1
3.	Тренируем сердце, развиваем дыхательную систему Практическое занятие	1
4.	Питаемся правильно	1
5.	Здоровье органов чувств. Сохраняем зрение . Практическая работа.	1
6.	Здоровый образ жизни факторы, влияющие на здоровье	1
7.	Чистота залог здоровья	1
8.	Движение – это жизнь	1
9.	Закаливание	1
10.	Компьютер и здоровье	1
11.	Наводим чистоту дома	1
12.	Дела домашние: техника безопасности	1
13.	Выбор пути: безопасная дорога в школу	1
14.	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1
15.	Правила поведения в школе	1
16.	Правила поведения про пожаре в школе	1
17.	Первая помощь при отравлении угарным газом	1
6 класс		17
1.	Необходимость изучения ОБЖ .Подготовка к прогулке	1
2.	Подготовка к прогулке выбор одежды по сезону	1

3.	На игровой площадке . Меры безопасности при подвижных играх .	1
4.	Первая помощь при переломах , вывихах , травмах	1
5.	Правила поведения при встрече с собакой	1
6.	Ориентирование на местности	1
7.	Ориентирование по компасу , солнцу , часам	1
8.	Ориентирование без компаса	1
9.	Общие правила поведения во время прогулок на природе	1
10.	Первая помощь при укусах насекомых, клещей , змей	1
11.	Правила поведения на водоемах . Первая помощь пострадавшим .	
12.	Туристические походы	1
13.	Правила организации безопасного отдыха . . Первая помощь пострадавшему	1
14.	Походная аптечка	1
15.	Снаряжение и одежда туриста	1
16.	Вред алкоголя .	1
17.	Курение убивает.	1

**Тематическое планирование
7 класс**

Раздел программы, темы	Общее кол-во часов	практические работы
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (16 ч)		
Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	3	
Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	3	
Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	2	

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	5	
Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения	3	
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 ч)		
Тема 2 . Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	3	
Тема 3. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения	1	
Тема 4. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения	3	
Тема 5. Защита населения от природных пожаров	1	
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 ч)		
Тема 6 . Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	4	
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)		
Тема 7 . Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3	
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)		
Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях	3	
итого	34	

Тематическое планирование 8 класс
(1 ч в неделю, всего 34 ч)

Номер темы	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (23 ч)		
<i>Раздел I. Основы комплексной безопасности (16 ч)</i>		

1	<p>Пожарная безопасность (3 ч)</p> <p>1.1. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.</p> <p>1.2. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.</p> <p>1.3. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах</p>	<p>Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях.</p> <p>Запоминают права и обязанности граждан в области пожарной безопасности в быту.</p> <p>Выбирают правильный алгоритм безопасного поведения при пожаре, в том числе наиболее эффективные способы предотвращения возгорания, оказания помощи младшим, престарелым и т. д.</p> <p>Характеризуют основные мероприятия, проводимые МЧС России, по совершенствованию пожарной безопасности в стране.</p> <p>Составляют планы своего поведения на случай возникновения пожара в школе, дома, общественном месте (стадион, кинотеатр) и записывают их в дневник безопасности</p>
2	<p>Безопасность на дорогах (3 ч)</p> <p>2.1. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.</p> <p>2.2. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.</p> <p>2.3. Велосипедист — водитель транспортного средства</p>	<p>Анализируют причины дорожно-транспортных происшествий.</p> <p>Повторяют правила дорожного движения, запоминают дорожные знаки. Запоминают правильные алгоритмы безопасного поведения на дорогах пешехода, пассажира, водителя велосипеда</p>
3	<p>Безопасность на водоёмах (3 ч)</p> <p>3.1. Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.</p> <p>3.2. Безопасный отдых на водоёмах.</p> <p>3.3. Оказание помощи терпящим бедствие на воде</p>	<p>Характеризуют состояние водоёмов в различное время года.</p> <p>Объясняют правила безопасного поведения на водоёмах.</p> <p>Сравнивают способы обеззараживания воды. Объясняют правила безопасного поведения на воде.</p> <p>Отрабатывают в паре правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде</p>
4	<p>Экология и безопасность (2 ч)</p> <p>4.1. Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.</p> <p>4.2. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке</p>	<p>Ищут в Интернете информацию об экологической обстановке в местах проживания. Анализируют состояние окружающей среды. Запоминают приёмы по защите личного здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой</p>

5	<p>Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия (5 ч)</p> <p>5.1. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.</p> <p>5.2. Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.</p> <p>5.3. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия.</p> <p>5.4. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.</p> <p>5.5. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия</p>	<p>Характеризуют причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их возможные последствия по масштабу распространения.</p> <p>Различают чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией. Составляют алгоритм своего поведения во время характерной чрезвычайной ситуации техногенного характера, возможной в регионе своего проживания.</p> <p>Анализируют расположение потенциально опасных объектов в районе проживания и степень исходящих от них опасностей</p>
<p><i>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (7 ч)</i></p>		
6	<p>Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций (4 ч)</p> <p>6.1. Обеспечение радиационной безопасности населения.</p> <p>6.2. Обеспечение химической защиты населения.</p> <p>6.3. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах.</p> <p>6.4. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях</p>	<p>Характеризуют основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по обеспечению радиационной безопасности населения, его химической защите и защите от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах и гидротехнических сооружениях.</p> <p>Анализируют рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отрабатывают в паре (в группе) правила безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p>
7	<p>Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера (3 ч)</p> <p>7.1. Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.</p> <p>7.2. Эвакуация населения.</p> <p>7.3. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p>	<p>Объясняют порядок оповещения населения и организацию его эвакуации (в комплексе с другими мероприятиями) в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.</p> <p>Характеризуют основные мероприятия, проводимые в стране, по инженерной защите населения (укрытие людей в защитных сооружениях гражданской обороны и др.)</p>
<p>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч)</p>		
<p><i>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (7 ч)</i></p>		

8	<p>Здоровый образ жизни и его составляющие (7 ч)</p> <p>8.1. Здоровье как основная ценность человека.</p> <p>8.2. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.</p> <p>8.3. Репродуктивное здоровье — составляющая здоровья человека и общества.</p> <p>8.4. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>8.5. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.</p> <p>8.6. Вредные привычки и их влияние на здоровье.</p> <p>8.7. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности</p>	<p>Характеризуют особенности индивидуального здоровья, его духовную, физическую и социальную составляющие.</p> <p>Объясняют общие понятия о репродуктивном здоровье как общей составляющей здоровья человека и общества.</p> <p>Обосновывают значение здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>Анализируют собственные поступки и их влияние на личное благополучие.</p> <p>Формулируют правила соблюдения норм здорового образа жизни для профилактики неинфекционных заболеваний и вредных привычек, записывают правила в дневник безопасности. Формулируют кратко своё понимание здоровья человека и указывают критерии, по которым можно оценить его уровень.</p> <p>По итогам изучения раздела «Основы здорового образа жизни» пишут реферат на одну из тем, предложенных в учебнике</p>
<i>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)</i>		
9	<p>Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)</p> <p>9.1. Первая помощь пострадавшим и её значение.</p> <p>9.2. Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами (практическое занятие).</p> <p>9.3. Первая помощь при травмах (практическое занятие).</p> <p>9.4. Первая помощь при утоплении (практическое занятие)</p>	<p>Анализируют возможные последствия неотложных состояний и значение своевременного оказания первой помощи.</p> <p>Отрабатывают в паре приёмы оказания первой помощи при отравлениях АХОВ, при травмах, при утоплении.</p> <p>По итогам изучения раздела «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» пишут реферат на одну из тем, предложенных в учебнике</p>

Тематическое планирование 9 класс

№	Тема	Общее количество часов
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.	23:
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	8:

	1. Национальная безопасность России в современном мире	4:
1	Вводный инструктаж. Современный мир и Россия	1
2	Национальные интересы России в современном мире	1
3	Основные угрозы национальным интересам и безопасности России	1
4	Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность	
	2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России	4:
5	Чрезвычайные ситуации и их характеристика.	1
6	ЧС природного характера и их последствия	1
7	ЧС техногенного характера и их причины	1
8	Угроза военной безопасности России	1
	Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС.	7:
	3. Организационные основы по защите населения страны от ЧС мирного и военного времени	3:
9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	1
10	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны	1
11	МЧС России	1
	4. Основные мероприятия , проводимые в РФ, по защите населения от ЧС мирного и военного времени безопасность.	4:
12	Мониторинг и прогнозирование ЧС	1
13	Инженерная защита населения и территорий от ЧС.	1
14	Оповещение и эвакуация населения ув условиях ЧС	1
15	Аварийно – спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения	1
	Раздел 3 Противодействие терроризму и экстремизму в РФ	8:
	5. Общие понятия о терроризме и экстремизме.	2:
16	Международный терроризм – угроза национальной безопасности России	1
17	Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способу осуществления	1
	6. Нормативно – правовая база противодействия терроризму и экстремизму в РФ	2

18	Основные нормативно – правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму.	1
19	Общегосударственное противодействие терроризму.	
20	Нормативно – правовая база противодействия наркотизму	1
	7. Организационные основы противодействия терроризму и наркотизму в РФ	2:
21	Организационные основы противодействия терроризму в РФ	1
22	Организационные основы противодействия наркотизму в РФ	1
	8. Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости.	2:
23	Правила поведения при угрозе террористического акта	1
24	Профилактика наркозависимости.	1
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12:
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни	8:
	9. Здоровье – условие благополучия человека	3:
25	Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность	1
26	Здоровый образ жизни его составляющие	1
27	Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России	1
	10. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	3:
28	Ранние половые связи и их последствия.	1
29	Инфекции передаваемые половым путем	1
30	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе.	
	11. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья	2:
31	Брак и семья	1
32	Семья и здоровый образ жизни человека. Основы семейного права в РФ	1
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	
	12. Оказание первой помощи	2:
33	Первая медицинская помощь при массовых поражениях (пр.р.)	1
34	Первая помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ	1