

**Аннотация к рабочей программе
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
6 класс (I вид)**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности оставлена для обучения глухих учащихся 6 класса на основе авторской программы А.Т. Смирнова, Б. О. Хренникова М. « Просвещение», 2012 г. она раскрывает содержание обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Рабочая программа соответствует требованиям федерального компонента Государственного стандарта общего образования.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих **целей**:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данная рабочая программа в соответствии с базисным учебным планом учреждения реализуется в объеме 35 часов в год (1 час в неделю).

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- 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, соответствующих 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 обращении 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, принятия 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.

Метапредметные результаты:

- 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 защищенности, 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 действия 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 осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные 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 свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- Освоение приемов 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.

Предметные результаты:

- 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 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 личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной 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 оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Методические и учебные пособия и литература:

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. 5-9 классы. М. Просвещение, 2012

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М. Просвещение, 2012

Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

Рыбин А.Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. /А.Л.Рыбин, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М.:Просвещение, 2008.

Альтшулер В.М. Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей /В.М. Альтшулер, А.В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2000.

Государственное образовательное учреждение Тульской области
«Тульская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья»

«Утверждаю»
Директор школы:
С. А. Полянский
Приказ № 480/01-183 от 1.09.2014 г.



Рабочая программа
по предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся 6 класса
(I вид)
на 2014 - 2015 учебный год

Количество часов в неделю 1

Годовое количество часов 35

Разработал:
учитель Клишневская С. В.

Рассмотрена на
заседании ШМО
протокол № 1 от 28.08.14 г.

Согласовано:
Заместитель директора
по УВР: Жукова О. Н.

г. Тула, 2014

Пояснительная записка

Настоящая программа составлена для 6 класса школы глухих детей на основе авторской программы А.Т. Смирнова, Б. О. Хренникова М. « Просвещение», 2012 г. она раскрывает содержание обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Рабочая программа соответствует требованиям федерального компонента Государственного стандарта общего образования.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих **целей**:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данная рабочая программа в соответствии с базисным учебным планом учреждения реализуется в объеме 35 часов в год (1 час в неделю). Структура курса « Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Раздел 2. Защита населения российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Содержание учебной программы Основы комплексной безопасности

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Пожарная безопасность.
Безопасность на дорогах.
Безопасность в быту.
Безопасность на водоемах.
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 от чрезвычайных ситуаций

Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
Организационные основы по защите населения страны 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 Вооруженных 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 удержание 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 путем и 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 инфекционные 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 медицинская помощь при массовых поражениях

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях.

Сетка часов

Предмет	Количество часов в неделю	Количество часов по четвертям				Количество часов за год
		I	II	III	IV	
Основы безопасности и жизнедеятельности	1	9	7	10	9	35

Содержание курса

6 класс

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства – 22 часа

Раздел 1. Основы комплексной безопасности – 15 часов

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека-5 ч

Город как среда обитания. Опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.

Особенности природных условий в городе.

Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.

Безопасность в повседневной жизни.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера-6 ч

- Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.
- Пешеход. Безопасность пешехода. Общие обязанности пешехода. Меры безопасности поведения пешеходов на дороге.
- Пассажир. Безопасность пассажира. Общие обязанности пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.
- Водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист - водитель транспортного средства. Требования к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста. Правила поведения на дороге.
- Пожарная безопасность Основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.
- Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Общие правила поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Профилактика травм при занятии физической культурой и спортом.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера-2 ч

Погодные условия и безопасность человека. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлениях.

Безопасность на водоемах. Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера-2 ч

ЧС природного характера. : землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

ЧС техногенного характера.

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации- 7 часов

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение-3 ч

Антиобщественное поведение и его опасность.

Обеспечение личной безопасности дома.

Обеспечение личной безопасности на улице.

Тема 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства-4 ч

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.

Виды экстремистской и террористической деятельности.

Виды террористических актов и их последствия.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 13 часов

Раздел 4. Основы здорового образа жизни – 5 часов

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни-3 ч

О здоровом образе жизни.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления организма.

Рациональное питание. Гигиена питания.

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье-2 ч

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи – 8 часов

Тема 9. Первая помощь и правила её оказания-8 ч

Основные правила оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при различных видах повреждений

Оказание первой помощи при ушибах.

Оказание первой помощи при ссадинах.

Первая помощь при отравлении никотином.

Первая помощь при отравлении угарным газом.

Остановка кровотечений

Требования к ЗУН обучающихся

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 6 классе учащиеся должны знать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации борьбы с терроризмом;
- правила поведения при угрозе террористического акта;
- государственную политику противодействия наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании.

Ученики должны уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- 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, соответствующих 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 обращении 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.

Метапредметные результаты:

- 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 защищенности, 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 действия 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, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные 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 свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- Освоение приемов 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.

Предметные результаты:

- 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 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 личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной 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 оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Необходимый словарный минимум:

Основы безопасности и жизнедеятельности

Основы комплексной безопасности, Человек, среда его обитания, безопасность человека

Город, мегаполис, опасные ситуации, чрезвычайные ситуации

Опасные ситуации техногенного характера, дорожное движение, участники дорожного движения,

Пешеход, безопасность пешехода, пассажир, безопасность пассажира, безопасное поведение в транспорте, опасные ситуации в транспорте, водитель, правила дорожного движения

Пожарная безопасность, правила личной безопасности при пожарах, бытовые ситуации, электричество, бытовой газ, безопасность и компьютер

Погодные явления, чрезвычайные ситуации природного характера, землетрясение, смерч, наводнение, оползни, сели, обвалы

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, радиационно опасный объект, пожаро- и взрывоопасный объект, химически опасный объект

Антиобщественное поведение, криминогенные ситуации, безопасное поведение дома, на улице

Экстремизм, терроризм, террористический акт

Здоровый образ жизни, рациональное питание, вредные привычки, курение, алкоголь

Первая помощь, аптечка, ушибы, ссадины, отравления,

Система оценивания знаний

Ответ оценивается отметкой «5», если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

Ответ оценивается отметкой «4», если: он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

Отметка «3» ставится в следующих случаях:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

Отметка «2» ставится в следующих случаях:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала;

Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

- «2» - менее 25% правильных ответов.
- «3» - от 25% до 50% правильных ответов.
- «4» - от 50% до 75% правильных ответов.
- «5» - от 75% и более правильных ответов.

Перечень учебно-методического обеспечения:

1. Методические и учебные пособия и литература:

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. 5-9 классы. М. Просвещение, 2012

А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М. Просвещение, 2012

Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

Рыбин А.Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся : 5-9 кл. /А.Л.Рыбин, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М.:Просвещение, 2008.

Альтшулер В.М. Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей /В.М. Альтшулер, А.В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2000.

Нормативно-правовые документы РФ.

Конституция РФ (последняя редакция)

Закон «Об образовании»

Концепция противодействия терроризму в РФ.

Федеральный закон «О безопасности».

Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»

ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС техногенного и природного характера»

Федеральный закон «О гражданской обороне»

Федеральный закон «О пожарной безопасности»

Федеральный закон «О противодействии терроризму»

ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»

ФЗ «О аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»
Правила дорожного движения РФ

2. Учебно-методическое оборудование:

Компьютер, проектор, экран

Презентации по тематике,

Набор плакатов или электронные издания по тематике

Индивидуальные средства медицинской защиты

Первичные средства индивидуальной защиты

**Контрольно – измерительные материалы.
Тесты 6 класс**

Раздел 1

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Правила безопасного поведения в быту

1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города? Выберите правильные ответы.

- а) “Скорая помощь”;
- б) служба городского пассажирского транспорта;
- в) пожарная охрана;
- г) служба спасения;
- д) городская справочная служба;
- е) служба связи;
- ж) служба газа;
- з) милиция;
- и) служба погоды.

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

- а) свои имя и фамилию;
- б) имя и фамилию свою и проживающих в квартире;
- в) номер телефона и адрес;
- г) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов;
- д) причину вызова.

3. Из предложенных вариантов выберите основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):

- а) отключение электроэнергии;
- б) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;
- в) отсутствие аварийного освещения;
- г) неосторожное обращение с огнем;
- д) отсутствие сигнализации;
- е) криминогенные ситуации;
- ж) небрежность;
- з) выключенные радиоприемник или электроплита.

4. Электротравма или электрический удар током происходит в результате:

- а) соприкосновения друг с другом нескольких оголенных электропроводов, находящихся под напряжением;
- б) прикосновения к оголенному электропроводу, находящемуся под напряжением;
- в) прикосновения мокрыми руками к электророзетке;
- г) прикосновения к неисправной отключенной электропроводке.

5. Самыми опасными последствиями электрического удара током являются:

- а) воспаление наружных оболочек глаз;
- б) прекращение дыхания и кровообращения (клиническая смерть);
- в) потеря сознания с нарушением сердечной деятельности.

6. К упавшему на землю в сырую погоду оголенному электропроводу нельзя подходить ближе, чем:

- а) на 3 метра; в) на 7 метров;
- б) на 5 Метров; г) на 10 метров;

7. Ваш младший брат взялся рукой за провод включенного магнитофона, и его током. Провод остался в его руке. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) схватить провод и вырвать его из рук брата;
- б) подойти и посмотреть, как он себя чувствует;
- в) отключить электричество в квартире (доме);
- г) выдернуть провод из розетки;
- д) вызвать помощь”;
- е) позвать родителей (соседей).

8. Укажите основные причины затопления жилища:

- а) неисправность запорных устройств (кранов);
- б) неисправность электропроводки и освещения;
- в) протечки крыши;
- г) сквозные трещины в перегородках;
- д) аварийное состояние водопровода;
- е) засорение системы канализации.

9. Запорными устройствами в системе водоснабжения квартиры (дома) являются:

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

10. Вы пришли из школы, разделись и пошли мыть руки. Включив свет в ванной комнате, вы видите, что на полу полно воды и она очень быстро прибывает. Выберите из предложенных вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) взять тряпку и попытаться убрать воду;
- б) если знаете где отключается электричество, то выключить, или попросить сделать это кого-то из соседей;
- в) позвонить в аварийную службу;
- г) взять инструменты и ликвидировать причину затопления самостоятельно;

- д) попытаться при помощи тряпок препятствовать распространению воды;
- е) перекрыть воду, если в квартире есть вентиль;
- ж) сообщить родителям.

11. В вашей квартире (доме) лопнула батарея центрального отопления. Горячая вода под большим давлением поступает в квартиру. В квартире (доме) вы один (одна). Обозначьте последовательность правильных действий в этой ситуации:

- а) максимально уменьшить поступление воды в помещение путем временной заделки отверстия в батарее или откачки воды с помощью подручных средств (ведер, тряпки и др.);
- б) принять меры к спасению материальных ценностей;
- в) сообщить соседям (этажом ниже обязательно) о случившемся и попросить их вызвать дежурного сантехника и оказать помощь;
- г) перекрыть вентиль (кран) подачи воды в системе отопления;
- д) отключить электросеть квартиры (дома), выкрутив пробки или выключив рубильник (автомат защиты).

12. Отравление бытовым газом в квартире (доме) может произойти в результате:

- а) полного сгорания газа;
- б) неполного сгорания газа;
- в) отключения электроэнергии в квартире;
- г) утечки газа.

13. В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы:

- а) увеличить или уменьшить давление газа;
- б) изменить цвет газа, чтобы его было лучше видно;
- в) обнаружить утечку газа по запаху.

14. Придя домой, вы почувствовали запах газа. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) позвонить родителям или в аварийную службу;
- б) пойти к соседям и позвонить родителям или в аварийную службу;
- в) открыть окна и двери;
- г) проверить конфорки (если открыты, закрыть) и перекрыть основной вентиль подачи газа;
- д) зажечь спичку, чтобы проверить, откуда идет газ;
- е) зажечь спичку, чтобы определить место утечки газа.

15. Вы пришли домой, поставили полный чайник на газовую плиту и пошли смотреть телевизор. дверь в кухню плотно закрыта. Вдруг вы почувствовали запах

газа. На улице сумерки. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) включить свет и посмотреть, в чем причина утечки газа; б) плотно закрыть дверь в кухню;
- в) выключить телевизор;
- г) зайти на кухню и перекрыть газовый кран;
- д) открыть окно;
- е) позвонить соседям и попросить о помощи;
- ж) позвонить родителям и сообщить о случившемся.

16. Вы случайно разбили дома ртутный термометр. Капельки ртути раскатились по полу. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) поиграть шариками ртути;
- б) постараться их собрать веником в совок;
- в) выбросить собранную ртуть в помойное ведро;
- г) ничего не сказать родителям, чтобы не ругали;
- д) сообщить родителям о случившемся;
- е) поместить собранную ртуть в банку с водой.

17. В каких случаях нужно покинуть здание (квартиру) после взрыва:

- а) в любом случае;
- б) в случае, если не разрушена лестничная клетка;
- в) в случае угрозы обрушения конструкции здания;
- г) в случае, если разрушена часть стены, и угрозы обрушения конструкции нет;
- д) в случае начавшегося пожара.

18. Выберите названные ниже основные причины взрывов в жилых зданиях:

- а) неисправность системы водоснабжения;
- б) утечка бытового газа;
- в) неосторожное обращение с огнем;
- г) незаконное хранение и неправильное обращение с взрывными устройствами;
- д) нарушение правил эксплуатации бытовых электроприборов.

19. Вы находитесь в комнате и делаете уроки. Вдруг услышали сильный хлопок. В соседней квартире произошел взрыв. дверь в вашу квартиру завалена, отключился свет, телефон не работает. В вашей квартире обрушений нет. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) ждать спасателей;
- б) открыть входную дверь и попытаться очистить завал, чтобы выйти на лестничную площадку или на улицу;
- в) отключить газ, электричество и перекрыть воду;

- г) спуститься из окна на веревке;
- д) подавать сигналы из окна или с балкона, стучать по металлическим предметам.

20. Вы решили зайти к другу в соседнюю квартиру отдать видеокассету. Только вы отошли от двери, она захлопнулась. Ключи остались дома. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) будете ждать родителей на лестничной клетке;
- б) зайдете к другу и позвоните родителям;
- в) попросите рабочих с соседней стройки открыть замок;
- г) подождете родителей у друга.

Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре

1. Определите из приведенных ниже основные причины пожаров в жилых зданиях:

- а) нарушение правил безопасности при пользовании электро- бытовыми и электронагревательными приборами;
- б) отсутствие первичных средств пожаротушения;
- в) неосторожное обращение с огнем;
- г) неисправность внутренних пожарных кранов;
- д) нарушение правил хранения и использования горючих и легковоспламеняющихся жидкостей;
- е) беспечность и небрежность при обращении с огнем;
- ж) неисправность телефонной связи;
- з) утечка газа;
- и) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями;
- к) неисправность системы водоснабжения.

2. Что необходимо сделать, если в квартире начался пожар? Укажите правильные ответы в необходимой последовательности:

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

3. Что запрещается делать при пожаре в квартире? Выберите правильные ответы:

- а) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом;
- б) при выходе по незадымлённой лестнице держаться за стены и поручни;
- в) выпрыгивать из окна, спускаться по водосточным трубам и стокам при помощи простыней и веревок;
- г) при увеличении концентрации дыма передвигаться пригнувшись или ползком;
- д) открывать двери и окна и тушить огонь до вызова пожарной охраны;

- е) сообщать о пожаре в пожарную охрану пока об этом не сообщено родителям на работу;
- ж) гасить водой включенные в сеть электроприборы;
- з) при эвакуации из задымленного помещения пользоваться переносным карманным фонариком.

4. для приведения огнетушителя ОХП-10 в действие необходимо:

- а) прочистить спрыск (отверстие);
- б) перевернуть огнетушитель вверх дном и встряхнуть;
- в) поднять рукоятку до отказа на 180 градусов;
- г) поднести огнетушитель к очагу пожара;
- д) направить струю на очаг загорания;

Разместите указанные действия в необходимой последовательности.

5. Для приведения в действие огнетушителя ОУ необходимо:

- а) направить раструб на пламя;
- б) сорвать пломбу и выдернуть чеку;
- в) прочистить раструб;
- г) нажать на рычаг;
- д) взяться за раструб рукой и придерживать его.

6. При работе с углекислотным огнетушителем ОУ не разрешается:

- а) держать огнетушитель в вертикальном положении;
- б) держать огнетушитель в горизонтальном положении или переворачивать головкой вниз;
- в) прикасаться оголенными частями тела к раструбу;
- г) прикасаться к раструбу руками, на которые одеты защитные перчатки или рукавицы;
- д) при тушении электроустановок, находящихся под напряжением, подводить раструб ближе, чем на один метр, к электроустановке и пламени.

7. Вы пьете чай, смотрите телевизор. дверь комнаты закрыта. Вдруг вы почувствовали запах дыма. Открыв дверь, вы увидели что с кухни валит дым и уже начинает заполнять всю квартиру. дышать практически невозможно. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) вбежать или заглянуть на кухню и посмотреть что горит; б) быстро вернуться обратно и закрыть дверь в комнату;
- в) пригнувшись выходить из квартиры;
- г) подойти к телефону и вызвать пожарных;
- д) взять шарф или просто кусок ткани, чтобы сделать повязку на лицо, если есть возможность, смочить ее водой и прижать к лицу так, чтобы она закрывала нос и рот;
- е) налить воды в чайник и начать тушить;
- ж) зайти к соседям и вызвать пожарных.

8. Вы сидите дома и слушаете музыку. Через некоторое время из розетки, в которую вы включили магнитофон, начинает идти дым, и она трещит. Вилка не вытаскивается. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) взять отвертку и починить розетку;
- б) позвонить родителям;
- в) обрезать провод;
- г) отключить электричество;
- д) взять чайник с водой и залить дымящуюся розетку; е) открыть окно, чтобы было чем дышать;
- ж) накрыть магнитофон плотным пледом и полить сверху водой (если он дымится);

9. Придя вечером из школы, вы обнаружили, что из-под двери вашей квартиры идет дым. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) войти в квартиру и узнать причину задымления; б) взять у соседей ведро и потушить огонь;
- в) пойти к соседям и позвонить 01;
- г) позвонить родителям.

10. Вы идете вечером из школы и замечаете, что из подвала вашего дома идет дым, и из него выбегают дети. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- а) подойти и спросить, что там дымит;
- б) войти внутрь и посмотреть, что горит; в) пойти домой и позвонить в пожарную охрану.

11. Во время просмотра телепередачи загорелся телевизор. Что необходимо сделать в этом случае? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) взять ведро с водой и залить пламя;
- б) обесточить телевизор или полностью отключить электропитание в квартире;
- в) сообщить о возгорании в пожарную охрану;
- г) если телевизор взорвался, и пожар усилился, открыть окно и попытаться сбить пламя;
- д) если пожар усилился, покинуть помещение, закрыв двери и окна;
- е) если после отключения телевизор продолжает гореть, накрыть его плотной тканью, одеялом.

Правила обеспечения безопасности дорожного движения и безопасного поведения на транспорте

1. Из предложенных вариантов выберите основные причины транспортных аварий:

- а) отсутствие разметки на дороге;

- б) плохие погодные условия;
- в) невнимательность участников дорожного движения;
- г) отсутствие светофоров на перекрестках;
- д) отсутствие на главных улицах и дорогах подземных переходов;
- е) невыполнение правил безопасности водителями транспортных средств;
- ж) отсутствие регулировщика на нерегулируемом перекрестке; з) неправильное поведение пассажиров.

2: для выхода из автобуса в случае аварии можно использовать:

- а) вентиляционные люки;
- б) кабину водителя;
- в) двери и окна.

3. Основными зонами опасности в метро являются:

- а) вход в метро;
- б) турникеты на входе;
- в) площадка перед эскалатором;
- г) эскалатор;
- д) перрон;
- е) вагон поезда;
- ж) переходы с одной станции на другую;
- з) выход из метро.

4. У междугороднего автобуса, на котором вы ехали, на склоне горы отказали тормоза, и он, набирая скорость, скатывается вниз. Как вы будете действовать в данной ситуации? Укажите правильный ответ:

- а) постараетесь покинуть автобус, выбив окно или открыв дверь;
- б) поспешите на помощь водителю;
- в) останетесь в своем кресле, положив перед собой мягкие вещи, упретесь ногами и руками в спинку впереди стоящего кресла;
- г) встанете в проход и крепко ухватитесь за поручни; д) ляжете на пол в проходе автобуса.

5. Вас пригласили на дачу отмечать Новый год. На улице 29°C. От автобусной станции вы должны ехать по шоссе 17 км. На остановке автобуса вы узнаете, что автобусы начнут ходить только через два часа. Вам сказали, что вы можете дойти через лес за час. Выберите из предлагаемых вариантов единственно правильный:

- а) стоять на остановке и ждать;
- б) пойти через лес;
- в) попытаться доехать на какой-либо проезжающей мимо машине;
- г) вернуться домой;
- д) попробовать найти какой-либо другой способ добраться до нужного места (другой автобус).

6. Вы едете со знакомыми в автомобиле зимой. Гололед. Вы сидите на заднем сиденье. Вдруг на проезжую часть наперерез машине выбегает собака. Водитель начинает тормозить. В результате машина начинает скользить, и вы видите, что возможно столкновение со стоящим на обочине автомобилем. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) кричать, давать советы водителю;
- б) собраться, сгруппироваться. Упереться ногами в спинку переднего сиденья;
- в) лечь на заднее сиденье, закрыв голову руками;
- г) сидя, упереться руками в спинку переднего сиденья;
- д) постараться найти ремни безопасности и пристегнуть их;
- е) при остановке покинуть машину.

7. Во время аварии загорелась автомашина (автобус), в котором вместе с вами ехало много людей. Обозначьте последовательность правильных действий в этой ситуации:

- а) сообщить в дорожно-патрульную службу (ДПС) о случившемся;
- б) оказать помощь выбравшимся из автомашины (автобуса) людям;
- в) отправить на попутной машине нуждающихся в помощи в медицинское учреждение или вызвать скорую помощь;
- г) принять меры по тушению пожара;
- д) собрать свои вещи и продолжать поездку.

8. В ненастную, сырую погоду вы едете в троллейбусе. Неожиданно подул сильный ветер и произошел обрыв контактного провода, который упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери для выхода пассажиров. Как вы будете покидать троллейбус? Укажите правильный ответ:

- а) через окно;
- б) будете выходить через двери по ступенькам;
- в) будете покидать троллейбус через дверь только прыжком, чтобы не поразило током.

9. Вы едете вечером на поезде метрополитена. В вагоне кроме вас находится только спящий пассажир. Вдруг поезд остановился в туннеле между станциями. Проходит 20 минут, но поезд стоит, и тут вы заметили в конце вагона оставленную кем-то коробку. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) разбудить пассажира;
- б) открыть коробку и посмотреть, что там; в) сообщить машинисту;
- г) выкинуть коробку в окно;
- д) удалиться в другой конец вагона и укрыться за сидениями.

10. Вы с другом находитесь в метро. В ожидании поезда вы замечаете, что один из пассажиров уронил на рельсы сумку и пытается прыгнуть за ней. Горит зеленый сигнал светофора.

Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) отправиться искать сотрудника транспортной милиции;
- б) остановить пассажира от необдуманного поступка;
- в) посмотреть, что будет дальше;
- г) подсказать этому человеку, чтобы он обратился за помощью к дежурному по станции.

11. Вы едете с друзьями в вагоне метро. Вдруг вагон начинает заполняться дымом, слезятся глаза. Люди начинают беспокоиться. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) по внутренней связи передать сообщение машинисту;
- б) попытаться открыть двери вагона и форточки, чтобы поступал свежий воздух;
- в) найти под сиденьем в вагоне огнетушитель;
- г) сохранять спокойствие, успокоить людей, обратиться за помощью к взрослым;
- д) при остановке поезда в туннеле и открытии дверей не выходить на пути.

12. Опасными зонами на железнодорожном транспорте являются:

- а) железнодорожные пути;
- б) железнодорожный вокзал;
- в) привокзальная площадь;
- г) залы ожидания;
- д) железнодорожные переезды;
- е) посадочные платформы.

13. Вы с родителями опаздываете на электричку. На путях перед вами стоит товарный поезд. Выберите из предлагаемых вариантов правильный ответ:

- а) бежать через пути к платформе, обегая товарный поезд;
- б) пройти до перехода и выйти на платформу;
- г) пролезть к платформе под товарными вагонами.

14. Вы сели в плацкартный (общий) вагон поезда. Где вы разместите свой багаж (чемодан, сумки), если оборудованные места под нижними полками заняты, и соседи не хотят их освободить? Укажите правильный ответ:

- а) оставите в проходе вагона;
- б) положите на верхнюю полку по ходу поезда;
- в) положите на верхнюю полку против хода поезда;
- г) поставите под столик или скамейку;
- д) поставите на свободное место на скамейке.

15. Во время движения поезда в вашем вагоне появился сильный запах гари и дыма. Как вы будете действовать? Выберите правильный ответ:

- а) дерните за рукоятку стоп-крана;
- б) сообщите проводнику, соберете вещи и будете ждать в купе указаний;
- в) сообщите проводнику, соберете вещи и перейдете в другой вагон;

- г) сообщите проводнику, соберете вещи и потребуете, чтобы вас переселили в другой вагон;
- д) пойдете по соседним купе и будете сообщать о случившемся пассажирам.

16. Что надо делать для принятия безопасного положения при аварийной посадке самолета? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) согнуть тело и наклонить голову как можно ниже;
- б) руки сложить на животе;
- в) руками прикрыть голову;
- г) руками опереться в спинку переднего сидения;
- д) опереться ногами в спинку переднего сидения.

17. Во время полета в самолете возникли неполадки, в результате которых предстоит аварийная посадка. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) не паниковать, выслушать информацию экипажа;
- б) сгруппироваться перед посадкой, закрыв голову руками и наклонившись вперед;
- в) одеться;
- г) отправиться к экипажу выяснять ситуацию;
- д) пристегнуться ремнем безопасности;
- е) опереться руками в спинку переднего сиденья.

18. Во время круиза на теплоходе случилась авария, в результате которой необходима посадка пассажиров на спасательные средства. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) одеться, обуться, положить деньги и документы в полиэтиленовый пакет и убрать его в карман;
- б) отправиться к капитану выяснять причину происшедшего;
- в) прыгнуть за борт и плыть к ближайшей лодке;
- г) надеть спасательный жилет;
- д) сохранять спокойствие и помочь другим людям успокоиться;
- е) выполнять все указания экипажа корабля;
- ж) спуститься в спасательный плот.

19. Любой, кто первым заметил падение человека за борт судна в воду, должен:

- а) четко выполнять все команды, вести наблюдение, стараясь не потерять пострадавшего из виду;
 - б) сообщить о происшедшем капитану судна;
 - в) громко крикнуть “Человек за бортом!”;
 - г) обозначить место падения, бросая в воду плавающие предметы;
 - д) немедленно бросить пострадавшему спасательное средство, стараясь, чтобы оно упало не слишком далеко от него.
- Разместите действия в логической последовательности.

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях

1. Вы находитесь с родителями в своей квартире. Подойдя к двери на звонок, вы услышали: «я сантехник, должен отремонтировать у вас водопроводный кран!». Определите что вашим родителям следует предпринять в такой ситуации выбрав из предложенных вариантов правильные ответы:

- а) открыть дверь со словами: «вас, проходите!»;
- б) впустить человека и потребовать служебное удостоверение;
- в) уточнить фамилию работника, позвонить в службу, которую он представляет, и узнать, есть ли там такой сотрудник получал ли он такое задание;
- г) попросить посетителя позвонить соседям и одновременно с ними открыть дверь, не освобождая ее от цепочки;
- д) открыв дверь, сказать: «Извините, но у нас с сантехником все в порядке»;
- е) впустив посетителя, продолжить заниматься своими делами Сказать: «Вот ванная, вот туалет. Если что, зовите - помогу»;
- ж) впустив сантехника, присутствовать при выполнении им работ.

2. Ваша семья живет в квартире с лоджией на четвертом этаже. В квартире находятся только дети. Родители придут не скоро. Вы услышали, что входную дверь пытаются взломать какие-то злоумышленники. Определите, что вы сделаете для того, чтобы обезопасить себя и квартиру:

- а) открыть дверь со словами: «Извините, но, видимо, вы ошиблись адресом!»;
- б) включить магнитофон с записью разговора нескольких мужчин;
- в) позвонить в милицию, сообщить, что в квартиру пытаются ворваться злоумышленники
- г) в окно сообщить прохожим о происшествии, просить о помощи;
- д) приготовить все необходимое, чтобы в случае необходимости выбежать из квартиры и спастись бегством;
- е) через глазок или через окно постараться разглядеть и запомнить приметы
- ж) приготовить все необходимое, чтобы в случае необходимости спрятаться от грабителей в ванной, туалете или кладовой;
- з) вынести на лоджию предметы, которыми можно защищаться, если придется укрываться там от грабителей.

3. Ваша квартира расположена на третьем этаже девятиэтажного дома. Вы возвратились домой и обнаружили, что дверь приоткрыта, видны следы взлома, из квартиры слышны незнакомые голоса. Определите, что вы предпримете в этой ситуации:

- а) войти в квартиру и спросить: «Кто здесь?»;
- б) закрыть дверь на ключ, не вынимая его из замка;
- в) обратиться за помощью к соседям;
- г) тихо войти в квартиру и незаметно выяснить, что происходит;

- д) доступным способом (по телефону соседей и т.п.) вызвать милицию;
- е) вместе с соседями зайти в квартиру, чтобы задержать зитеров”;
- ж) по телефону позвонить домой, чтобы узнать, что в ней происходит;
- з) попросить кого-либо из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут воры;
- и) наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить “гостей” (лица, одежду, телосложение);
- к) приготовить тяжелые или острые предметы, чтобы задержать на лестничной площадке.

4. Вы находитесь дома один. Вдруг раздается звонок в дверь. Вы подходите к двери и видите в глазок незнакомого человека. Он пытается уговорить вас открыть дверь. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) позвонить родителям или в милицию;
- б) открыть дверь и узнать, что ему нужно;
- в) попробовать громко разговаривать с родителями (обмануть); г) сказать, что дома никого нет, а открывать дверь запретили; д) не вступать в разговор;
- е) сказать, что вы вызвали милицию.

5. Вы заходите в свой подъезд и слышите громкие крики, смех, шум и понимаете, что этажом выше на лестничной клетке находится пьяная компания. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

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

6. Вы идете из школы домой. К вам подходит незнакомец и предлагает покататься на машине. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- 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) скажете: “Нет. Я не поеду” и отойдете или перейдете на другую сторону дороги;
- г) согласитесь покататься только 10 - 15 минут при условии, что он потом проводит вас домой.

7. Вы с родителями пошли на футбольный матч. По окончании его на выходе возникли давка и суматоха, к тому же отключилось освещение. Началась паника. Вас оттеснили от родителей, и вы потеряли их из виду. У вас упала сумка. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) кричать, звать родителей;

- б) держаться в середине толпы и после прохода узких мест постараться выбраться из нее;
- в) попытаться растолкать людей и найти родителей;
- г) наклониться и поднять сумку;
- д) искать своих родителей после окончания сутолоки;
- е) забыть о сумке, застегнуть одежду, стараться не падать;
- ж) постараться выбраться из толпы, используя столб, тумбу, памятник;
- з) позвонить домой, сообщить, что все в порядке; и) обратиться в милицию, сообщить о том, что потерялись.

8. Вы гуляете зимой в парке. Вдруг на вас выбегает с лаем большая собака. У вас в руках клюшка, сумка с коньками. Выберите из предлагаемых вариантов дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) замахнуться клюшкой и отогнать собаку; б) убежать от нее;
- в) закричать, отгоняя ее клюшкой, бросить в нее сумкой; г) упасть на землю;
- д) остановиться, повернувшись к собаке лицом вполоборота; е) подразнить собаку;
- ж) громко позвать хозяина;
- з) при подготовке собаки к прыжку упереться, закрыв горло и лицо согнутой в локте рукой;
- и) сохранять спокойствие;
- к) при покусах промыть рану, обратиться в травмпункт по месту жительства.

9. 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) спросите у незнакомца фамилию, имя, отчество папы и мамы, где они работают, и, получив правильный ответ, впустите его в квартиру;
- б) уточните у незнакомца более широкие сведения о родителях (например, откуда он их знает), после чего впустите в квартиру;
- в) не впустите незнакомца в квартиру ни при каких обстоятельствах.

10. Вы остались дома одни. В квартиру позвонили. На ваш вопрос: “Кто?” ответили: “Сантехник, необходимо перекрыть горячую воду, иначе зальет весь дом, а кран в вашей квартире”. Ваши действия:

- а) откроете дверь и впустите сантехника;
- б) предложите сантехнику прийти с Милиционером;
- в) попросите сантехника зайти с кем-нибудь из взрослых соседей, которых вы знаете.

11. Вам позвонили в дверь и сказали: нужно расписаться”. Ваши действия:

- а) надев дверную цепочку, откроете дверь;
- б) попросите прочесть телеграмму через дверь, в противном случае отнести ее на почту;
- в) предложите оставить телеграмму в двери - вы потом ее заберете.

12. Вы пришли домой и замечаете, 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) войдете в квартиру и сразу сообщите в милицию по телефону 02;
- в) не будете входить в квартиру, а вызовете милицию по телефону от соседей.

13. 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.

14. Подростки-хулиганы часто нападают на маленьких детей. Вы посоветуете в данном случае детям:

- а) смело вступать в драку и отстаивать свои игрушки, одежду и т.д.;
- б) позвать на помощь друзей или взрослых;
- в) уступить требованиям и никому не рассказывать о случившемся, даже родителям.

15. Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:

- а) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место;
- б) остановитесь и уясните причину преследования;
- в) броситесь бежать к телефонной будке.

16. На улице к вам подъехала машина, и водитель стал вести себя агрессивно. Ваши действия:

- а) вступите в разговор с неизвестным вам водителем;
- б) броситесь бежать в сторону своего дома;
- в) закричите и будете убегать в направлении, противоположном

Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения, проводимые в мирное время

1. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:

- а) «Внимание всем!»;
- б) «Внимание! Опасность!»;
- в) «Тревога».

2. Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях загудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

- а) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране;
- б) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас;
- в) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания.

3. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия:

- а) это сигнал “Внимание всем!”. Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение;
- б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище;
- в) это сигнал “Радиоактивная опасность”. Вы плотно закроете все форточки и двери.

4. Во время урока вы отсутствовали в классе. В школе объявили экстренную эвакуацию. Ваши действия:

- а) постараетесь найти свой класс;
- б) соберете свои вещи и пойдете домой;
- в) спросите разрешение у преподавателя школы и эвакуируетесь с другим классом.

5. При объявлении эвакуации граждане обязаны взять с собой:

- а) личные вещи;
- б) хозяйственные принадлежности (стирающие, моющие и чистящие средства, посуду и т.д.);
- в) спальные принадлежности;
- г) документы;
- д) продукты питания;
- е) туалетные принадлежности (мыло, зубную щетку, зубную пасту и т.п.);
- ж) необходимый ремонтный инструмент (молоток, пассатижи, отвертка, топор и т.п.);
- з) средства индивидуальной защиты.

6. Назовите, какие из нижеприведенных документов не обязательно брать с собой при эвакуации:

- а) свидетельство о рождении;
- б) справка о месте жительства;
- в) паспорт;
- г) военный билет;
- д) водительское удостоверение;
- е) страховой медицинский полис;
- ж) диплом об образовании.

7. Запас продуктов питания при эвакуации берется на:

- а) 1-2 дня; в) 3-4 дня;
- б) 2-3 дня; г) 4-5 дней.

8. Перечислите, что обязательно необходимо сделать в квартире перед убытием на сборный эвакуационный пункт:

- а) закрыть окна и форточки;
- б) забить окна и форточки досками;
- в) вывернуть все электролампочки;
- г) отключить все осветительные и электронагревательные приборы;
- д) все вещи с балкона (лоджии) и коридоров внести в комнату;
- е) закрыть краны водопроводной и газовой сетей;
- ж) произвести влажную уборку помещений;
- з) закрыть квартиру на замок.

9. Назовите, какие средства индивидуальной защиты защищают органы дыхания:

- а) противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка;
- б) костюм Л-1 и ОЗК.

10. определите какой размер шлем-маски ГП-7 выбрать ученику, если охват его головы равен 66 см.:

- а) номер 1; г) номер 3;
- б) номер 2; д) номер 5.
- в) номер 0;

11. Назовите при каких условиях противогаз носится в положении «наготове с а) по сигналу воздушная тревога»;

- б) при угрозе заражения, после информации по радио или по команде «Противогазы готовы!»;
- в) при условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ (ОВ) или иного заражения.

12. Назовите основные отличия противогаза ГП-7 от ГП-7В?

- а) отсутствие трубки для приема воды;
- б) модель шлем-маски
- в) модель фильтрующей коробки.

13. Противогаз снимается по команде:

- а) «Снять противогаз!»;
- б) «Отбой!»; в) «Противогаз снять!»;
- г) «Противогаз - в сумку

14. Из приведенных ниже марок противогазов выберите сначала те, которые применяются для защиты взрослого населения, а затем - для защиты детей:

ПДФ-Ш; ПДФ-2Ш; ГП-7; ГП-7В; ПДФ-2П; ГП-5.

(для защиты взрослых: ГП-7; ГП-7В; ГП-5; для защиты детей: ПДФ-Ш; ПДФ-2Ш; ПДФ-2П)

15. Противогаз служит для защиты органов дыхания, лица и глаз:

- а) от отравляющих веществ;
- б) от радиоактивных веществ;
- в) от бактериальных средств;
- г) от высоких температур внешней среды.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

16. В комплект детского противогаза ПДФ-2Ш входят:

- а) фильтрующе-поглощающая коробка; б) коробка;
- в) лицевая часть
- г) головной убор;
- д) коробка с не запотевающими пленками;
- е) сумка для переноски противогаза.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

17. Противогаз ПДФ-Ш предназначен для детей и подростков возраста:

- а) от 5 до 17 лет;
- б) от 7 до 17 лет;
- в) от 10 до 17 лет.

18. к простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:

- а) фильтрующие гражданские противогазы;
- б) фильтрующие промышленные противогазы;
- в) ватно-марлевая повязка (ВМП);
- г) изолирующие противогазы;
- д) фильтрующие детские противогазы;
- е) противопыльная тканевая маска (ПТМ).

19. Противогаз носится в положении:

- а) «походном»; г) «боевом»;
- б) «рабочем»; д) «защитном».
- в) «наготове»;

Найдите ошибки в приведенной цепочке.

20. Установите последовательность действий при переводе противогаза в «боевое» положение:

- а) снять головной убор, зажать между коленями или положить рядом;
- б) задержать дыхание и закрыть глаза;
- в) вынуть из сумки и надеть шлем-маску;
- г) надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище;

д) сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

Раздел 2.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Вопросы для проверки качества усвоения материала

1. Какие вам известны виды повреждений и их признаки?
2. В каких случаях получивший ранение человек нуждается в медицинской помощи?
3. Чем и как обработать мелкие ссадины, порезы, ранки?
4. Какое кровотечение называется наружным, а какое внутренним?
5. К какому виду можно отнести кровотечение, если кровь из раны вытекает непрерывно, спокойно и имеет темный цвет?
6. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях?
5. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при ожогах?
7. Какие вам известны способы временной остановки кровотечения?
8. Для каких целей предназначена давящая повязка?
9. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки?
10. В каких местах нужно прижать артерию, чтобы остановить кровотечение?
11. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артериальных сосудов при ранении ног и рук?
12. При кровотечении из руки или ноги врачи рекомендуют поднять руку или, соответственно, ногу. Как вы думаете, зачем?
13. Как правильно использовать индивидуальный перевязочный пакет?
14. Как вы думаете, почему при кровотечении из носа, кроме оказания конкретной помощи, пострадавшего важно успокоить?

Тесты

Общая характеристика повреждений

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических тепловых, холодных, химических, радиационных), это:
 - а) рана;
 - б) травма;
 - в) ушиб.

2. К закрытым повреждениям относятся:
 - а) вывихи;
 - б) растяжения;
 - в) царапины
 - г) ушибы;

- д) закрытые переломы
- е) порезы.

В приведенной цепочке допущены ошибки, найдите их.

3. К открытым повреждениям относятся

- а) сдавления мягких тканей;
- б) раны, сопровождаемые кровотечениями
- в) разрывы связок и сухожилий
- г) открытые переломы
- д) порезы.

В приведенных примерах допущены ошибки, найдите их.

4. открытое повреждение кожи или глуболежащих тканей и внутренних органов, это:

- а) растяжение связок;
- б) открытый перелом;
- в) рана.

5. Все ранения имеют общие признаки:

- а) боль;
- б) кровотечение
- в) потеря памяти;
- г) видимое или скрытое разрушение тканей.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

6. Признаки закрытых повреждений:

- а) болезненность
- б) открытое кровотечение
- в) изменение цвета кожи (она становится синей); г) появление большой шишки (припухлость).

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

Характеристика различных видов кровотечений и их причин

1. В зависимости от характера повреждения кровотечение бывает:

- а) венозное; г) спокойное;
- б) внезапное; д) капиллярное.
- в) артериальное;

В приведенных примерах допущены ошибки, найдите их.

2. Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называется:

- а) открытым;
- б) закрытым;
- в) наружным;

г) внутренним.

3. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется:

- а) полостным;
- б) внутренним;
- в) закрытым;
- г) наружным.

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное и артериальное кровотечения:

- а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей; б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

5. Артериальное кровотечение возникает:

- а) при поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;
- б) при неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов;
- в) при повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении.

6. При несчастных случаях, стихийных бедствиях и катастрофах чаще всего имеют место:

- а) артериальное кровотечения
- б) капиллярные кровотечения
- в) смешанные кровотечения;
- г) венозное кровотечения.

7. К серьезным последствиям для организма человека приводит потеря крови в количестве:

- а) около 1 литра;
- б) более 1 литра;
- в) 1 литр.

8. Назовите, сколько в организме взрослого человека содержится крови. Выберите правильный ответ:

- а) около 3 литров;
- б) около 4 литров;
- в) около 5 литров;
- г) около 6 литров.

Способы остановки кровотечения

1. Временную остановку кровотечения можно осуществить несколькими способами. Выберите из приведенных ответов правильные

- а) пальцевым прижатием артериального сосуда ниже места ранения;
- б) наложением асептической повязки на место кровотечения
- в) наложением жгута на 3-5 см выше раны;
- г) пальцевым прижатием артериального сосуда выше раны;
- д) максимальным разгибанием конечности;
- е) наложением давящей повязки на место кровотечения;
- ж) наложением жгута на 3-5 см ниже раны;
- з) максимальным сгибанием конечности;
- и) возвышенным (несколько выше грудной полости) положением поврежденной конечности
- к) минимальным сгибанием конечности.

2. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

- а) наложение давящей повязки;
- б) пальцевое прижатие;
- в) наложение жгута;
- г) максимальное сгибание конечности.

3. Из приведенных ответов выберите те, которые определяют максимальное время наложение *жгута* летом и зимой:

- а) не более 30 минут;
- б) не более 60 минут;
- в) не более 90 минут;
- г) не более 120 минут;
- д) не более 150 минут.

4. Назовите, какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту:

- а) фамилию, имя, отчество пострадавшего;
- б) дату и время получения ранения;
- в) место, где пострадавший получил ранение;
- г) дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
- д) время наложения жгута (часы, минуты и секунды);
- е) фамилию, имя и отчество наложившего жгут.

5. давящая повязка - простой и надежный способ:

- а) остановки кровотечения;
- б) уменьшения боли;
- в) снижения температуры;
- г) создания покоя поврежденной части тела.

В приведенных ответах допущена ошибка, найдите ее.

6. Назовите, какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья. Выберите правильный вариант ответа:

- а) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- б) поместить в локтевой сустав валик из скатальной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу.

7. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? Выберите правильный вариант ответа:

- а) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;
- б) обработать рану йодом;
- в) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.

8. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется:

- а) при любых ранениях конечности;
 - б) при смешанном кровотечении;
 - в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.
- (в)

9. Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение, если носовое кровотечение не удается остановить в течение:

- а) 1 часа;
- б) 20-30 мин.;
- в) 30-40 мин.

Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях

1. Как правильно оказать помощь другу (подруге) при кровотечении из носа? Выберите из предлагаемых вариантов ответов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) сказать другу, чтобы он стоял, запрокинув голову назад, и не шевелился;
- б) усадить друга, наклонив его туловище вперед;
- в) измерить температуру и дать обезболивающее;
- г) смочить кусочки ваты раствором перекиси водорода и ввести их в носовые ходы;
- д) положить на спинку носа холод;
- е) плотно прижать крылья носа к перегородке на 5-10 минут.

2. Как правильно оказать помощь при глубоком и обширном ранении? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) успокоить пострадавшего, дать ему успокоительное лекарство;
- б) продезинфицировать рану;
- в) обеспечить неподвижность поврежденной части тела;

- г) измерить температуру;
- д) остановить кровотечение;
- е) наложить стерильную повязку;
- ж) доставить пострадавшего в травматологический пункт;
- з) перед отправкой в травматологический пункт дать пострадавшему обезболивающее средство.

3. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при легком поражении электрическим током (если не произошло остановки сердца и дыхания):

- а) создать покой пострадавшему;
- б) обследовать пострадавшего;
- в) прекратить действие электрического тока на пострадавшего; г) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение или вызвать “Скорую помощь”;
- д) дать пострадавшему болеутоляющее и сердечные средства.

4. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при тяжелых поражениях электрическим током, сопровождающихся остановкой дыхания и сердца:

- а) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение;
- б) прекратить действия электрического тока;
- в) срочно приступить к реанимации (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца);
- г) если пострадавший пришел в сознание, напоить его теплым питьем и тепло укрыть;
- д) обследовать пострадавшего.

5. Немедленное прекращение действия электрического тока является одним из важных моментов при оказании пострадавшему первой медицинской помощи. Из приведенных ниже способов прекращения действия электрического тока выберите правильные:

- а) отключить ток, используя выключатель, или поворотом рубильника;
- б) отключить ток путем вывинчивания пробок;
- в) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой;
- г) отбросить от пострадавшего провод двумя руками;
- д) отбросить провод сухой палкой;
- е) отбросить провод предметом, не проводящим электрический ток;
- ж) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Вопросы для проверки качества усвоения материала

1. Какое воздействие оказывает движение на организм человека в период его роста и развития?
2. Какие функции осуществляют скелет и мышцы человека?
3. В каком возрасте обычно завершается полное развитие опорно-двигательного аппарата человека?
4. Какие виды движения вы знаете?
5. Какие изменения в организме человека могут произойти в результате недостатка движения?
6. Что вы представляете под понятием “осанка человека”?
7. Как называется искривление позвоночника в правую или левую сторону?
8. В чем нужно носить школьные принадлежности и почему?
9. Как различаются фигуры мальчиков и девочек в 12-13 летнем возрасте?
10. Почему рекомендуется ежедневно принимать душ утром и перед сном?
11. Какую функцию в организме выполняют сальные железы?
12. Какие средства могут помочь при небольших высыпаниях угрей?
13. для чего предназначены потовые железы?
14. Почему в подростковом возрасте необходимо очень внимательно заботиться о своем здоровье?
15. Зачем делают зарядку и чем она полезна?

Тесты

1. Для осуществления движения в организме человека с первых дней его развития формируется:
 - а) центральная нервная система;
 - б) сердечно-сосудистая система;
 - в) опорно-двигательный аппарат.
2. В состав опорно-двигательного аппарата входит:
 - а) система кровообращения;
 - б) костная и мышечная система;
 - в) сердечнососудистая система.
3. Полное развитие костно-мышечной системы человека заканчивается:
 - а) к 16-18 годам;
 - б) к 18-20 годам;
 - в) к 20-24 годам;
 - г) к 25-28 годам.
4. Гиподинамия, это:
 - а) недостаток движения;

- б) избыток движения;
- в) физическое перенапряжение организма.

5. Последствием недостатка движения является:

- а) ухудшение памяти и внимания;
- б) ухудшение кровообращения, дыхания и пищеварения
- в) ухудшение сна;
- г) снижение силы сокращения мышц;
- д) полная остановка роста;
- е) некоторое улучшение работоспособности
- ж) частичная потеря слуха;
- з) снижение умственной и физической деятельности.

6. Искривление позвоночника в правую или левую сторону, это:

- а) заболевание костей скелета;
- б) сколиоз;
- в) заболевание мышц.

7. Каких необходимо придерживаться правил при работе сидя, чтобы сохранять правильную осанку?

- а) сидеть так, чтобы грудная клетка опиралась на край стола;
- б) сидеть прямо;
- в) сидеть, опираясь левым локтем на стол;
- г) плечи должны находиться на одном уровне;
- д) грудная клетка и голова должны держаться прямо, лишь немножко наклоняясь вперед;
- е) сиди за столом голова должна быть наклонена как можно ближе к плоскости (крышке) стола;
- ж) ноги должны быть вытянуты под столом и опираться пятками на пол;
- з) ноги должны быть согнуты в коленях под прямым углом, а ступни опираться на пол;
- и) руки должны свободно лежать на столе.

8. Перечислите, что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника и была правильная осанка:

- а) портфель;
- б) школьный рюкзак;
- в) сумку;
- г) дипломат;
- д) ранец.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения занятия	Наименование раздела	Наименование тем занятий	Всего часов	Примечание		
					Характеристика деятельности учащихся	Виды работ	Формы контроля
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства.				22			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности				15			
1.		Тема 1: «Человек, среда его обитания, безопасность человека».	Город как среда обитания.	1	Знать особенности жизни в городских условиях.		
2.			Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	Знать особенности жизнеобеспечения жилища.		
3.			Особенности природных условий в городе.	1	Знать особенности природных условий в городе.		
4.			Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	Знать основные правила безопасности при возникновении конфликтных ситуаций в городе.		
5.			Безопасность в повседневной жизни.	1	Знать основные правила безопасности в повседневной жизни.	Тест	
6.		Тема 2: «Опасные ситуации техногенного характера».	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1	Знать и применять основные правила дорожного движения.		
7.			Пешеход. Безопасность пешехода. Общие обязанности пешехода. Меры безопасности поведения	1	Знать общие обязанности пешехода, меры безопасности поведения пешеходов на дороге.		

			пешеходов на дороге.				
8.			Пассажир. Безопасность пассажира. Общие обязанности пассажира при следовании в различных видах городского транспорта.	1	Знать общие обязанности пассажира при следовании в различных видах городского транспорта.		
9.			Водитель. Общие обязанности водителя. Правила поведения на дороге.	1	Знать общие обязанности водителя, правила поведения на дороге.		
10			Пожарная безопасность. Основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.	1	Знать и применять основные правила пожарной безопасности в жилище, правила личной безопасности при пожаре.		
11.			Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Общие правила поведения в быту.	1	Знать и применять общие правила поведения в быту.	к/р	
12		Тема 3: «Опасные ситуации природного характера».	Погодные условия и безопасность человека. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлениях.	1	Знать и применять правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлениях.		
13			Безопасность на водоемах. . Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах.	1	Знать меры безопасного поведения на водоемах.		

14		Тема 4: «ЧС природного и техногенного характера».	ЧС природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия.	1	Знать характеристику чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия.		
15			ЧС техногенного характера: аварии на радиационно-опасном объекте, аварии на пожаро -взрывоопасных объектах, аварии на химических объектах.	1	Знать характеристику чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их последствия.	Тест	
Раздел 3: «Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ»				7			
16		Тема 5: « Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение»	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	Уметь давать характеристику антиобщественному поведению.		
17			Обеспечение личной безопасности дома.	1	Знать и применять правила личной безопасности дома.		
18			Обеспечение личной безопасности на улице.	1	Знать и применять правила личной безопасности на улице.		
19		Тема 6: «Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1	Знать причины возникновения экстремизма и терроризма.		
20			Виды экстремистской и террористической	1	Знать виды экстремистской и		

		государства».	деятельности.		террористической деятельности.		
21			Виды террористических актов и их последствия.	1	Знать виды террористических актов и их последствия.		
22			Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1	Знать об ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	Тест	
Модуль 2: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».				13			
Раздел 4: «Основы здорового образа жизни»				5			
23		Тема 7: «Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни»	Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.	1	Знать об основах здорового образа жизни, факторах, укрепляющих и разрушающих здоровье. Использовать полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
24			Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления организма.	1	Знать о пользе двигательной активности и закаливании организма		
25			Рациональное питание. Гигиена питания. Роль питания в сохранении и	1	Знать об основных правилах рационального питания, роли питания в		

			укреплении здоровья.		сохранении и укреплении здоровья.		
26		Тема 8: «Факторы, разрушающие здоровье»	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	Приводить примеры вредных привычек, факторов, разрушающих здоровье. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
27			Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1	Знать о профилактике вредных привычек. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	к/р	
РАЗДЕЛ 5: «Основы медицинских знаний и правила её оказания».				8			
28		Тема 9: «Первая помощь и правила её оказания».	Основные правила оказания первой медицинской помощи.	1	Знать и уметь применять основные правила оказания первой медицинской помощи.		
29			Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1	Знать и уметь применять первую медицинскую помощь при различных видах повреждений	практическое занятие	
30			Оказание первой помощи при ушибах.	1	Знать и уметь применять первую медицинскую помощь при различных	практическое занятие	

				видах повреждений		
31			Оказание первой помощи при ссадинах.	1	Знать и уметь оказывать первую помощи при ссадинах.	практическое занятие
32			Первая помощь при отравлении никотином.	1	Знать и уметь оказывать первую помощь при отравлении никотином.	практическое занятие
33			Первая помощь при отравлении угарным газом.	1	Знать и уметь оказывать первую помощь при отравлении угарным газом.	практическое занятие
34			Остановка кровотечений	1	Знать и уметь применять правила остановки кровотечений.	практическое занятие
35			Итоговое занятие	1		Итоговое тестирование.