

Управление образования администрации муниципального образования  
«Вязниковский район» Владимирской области  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Чудиновская основная общеобразовательная школа»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «29» августа 2022 г.  
протокол №9

Утверждаю  
Директор МБОУ «Чудиновская оош»  
Майкова Е.И.  
Приказ №169 от «30» августа 2022 г.



**Рабочая программа**  
учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»

для 8 класса  
на 2022-2023 учебный год

*Составитель: Чеснокова Галина Петровна*

Чудиново 2022 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ для 8 класса разработана в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897);
2. Примерной основной образовательной программой основного общего образования (2015 г);
3. Методическим письмом «О преподавании учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях».
4. Учебным образовательным планом МБОУ «Чудиновская ООШ»

**Методическое сопровождение:**

- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Просвещение, 2021.

- Основы безопасности жизнедеятельности: 8-9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – М.: Просвещение, 2021.

На изучение курса выделяется 34 часа, из расчета 1 часа в неделю.

### Планируемые результаты обучения

#### Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

#### Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

#### Познавательные

*Обучающиеся научатся:*

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации и обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из различных источников и в разных видах (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации и классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в опасных и чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, природными и техногенными происшествными.

#### Регулятивные

*Обучающиеся научатся:*

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях; □ контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;

оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий. Коммуникативные Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения

### **Коммуникативные Обучающиеся научатся:**

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

### **Предметные результаты**

*Обучающиеся научатся:*

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
- выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;

- проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
- организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;

проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;

- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь при различных травмах.

## Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

**Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.** Это нужно знать *Немного истории.* Забота о здоровье человека в древности и в наши дни. *Окружающая среда и безопасность.* Что такое опасность, виды опасностей. *Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».* Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.

### **Здоровый образ жизни. Что это?**

*Зависит ли здоровье от образа жизни.* Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.

*Физическое здоровье человека.* Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание, как один из способов тренировки организма. Правила гигиены.

*Правильное питание.* Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. О чём может рассказать этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета.

*Психическое здоровье человека.* Показатели психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека. Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.

*Социальное здоровье человека.* Понятие о социальном здоровье. Источники опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального здоровья.

*Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.* Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.**

*Как вести себя при пожаре.* Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

*Чрезвычайные ситуации в быту.* Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой. Правила поведения при затоплении квартиры. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.

*Разумная предосторожность.* Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Безопасное

поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства, которые можно использовать для самообороны.

*Опасные игры.* Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений. Первая помощь при переломах.

### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.**

*Лес — это серьёзно.* Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и не съедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.

*Водоём зимой и летом.* Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при обморожении.

### **Современный транспорт и безопасность**

*Транспорт в современном мире.* Роль транспорта в мире. Виды транспорта.

Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.

*Чрезвычайные ситуации на дорогах.* Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Первая помощь при кровотечении.

*Опасные ситуации в метро.* Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. *Авиакатастрофы.* Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.

*Железнодорожные катастрофы.* Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отношение к ним.

*Террористические акты на транспорте.* Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

### **Безопасный туризм**

*Обеспечение безопасности в туристских походах.* Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение туристской группы. Виды опасностей в походе. Движение по маршруту, график движения. Правила безопасного преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, отставшего от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

*Обеспечение безопасности в водном туристском походе.* Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

### **Когда человек сам себе враг**

*Курение убивает!* Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика.

*Алкоголь разрушает личность.* Воздействие алкоголя на организм человека.

Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.

*Скажем наркотикам «Нет!».* Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков.

*Токсикомания — страшная зависимость.* Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.

### **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*Чрезвычайные ситуации и их классификация.* Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.

*Природные чрезвычайные ситуации.* Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, наводнения, природные пожары, извержения вулканов, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных чрезвычайных ситуаций. Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций.

*Техногенные чрезвычайные ситуации.* Причины и виды таких ситуаций. Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации**

*Экстремизм и терроризм.* Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.

*Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.*

Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при обнаружении подозрительного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

*Национальная безопасность России.* Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

### **Практические работы (примерные темы работ)**

- Подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.
- Анализ пищевой пирамиды.
- Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов.
- Анализ информации на этикетке какого-либо продукта.
- Определение своего роста и веса, анализ соотношения роста и веса.
- Источники шума в современной городской квартире.
- Правила пользования газовыми и электрическими приборами.
- Устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана.
- Устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.
- Психологическая подготовка к встрече с преступником.
- Использование подручных предметов в качестве средств самообороны.
- Как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру.
- Первая помощь при переломах.
- Практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.
- Аварийная посадка самолёта.
- Распределение снаряжения между участниками туристского похода.
- График движения по туристскому маршруту.
- Организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.
- Вязание узлов и их применение.

- Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Виды и особенности чрезвычайных ситуаций.
- Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».

### **Проектная деятельность (примерные темы работ)**

- Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания.
- Одиночество — путь к социальному нездоровью.
- Общение — важная человеческая потребность.
- Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?
- Опасные игры.
- Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать.
- История великих кораблекрушений.
- Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле.
- Как укрыться от непогоды.
- Отношение к пьянству в России в разные времена.
- Мифы о пьянстве на Руси.
- Отражение темы пьянства в карикатуре.
- Наркотикам — нет!
- Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?
- Техногенная катастрофа.
- История ВЧК — ФСБ.
- Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

### **Тематическое планирование**

<b>№п/п</b>	<b>Раздел/ Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
	<b>Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать(2ч)</b>	<b>2</b>
<b>1</b>	Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни.	1
<b>2</b>	Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	1
	<b>Здоровый образ жизни. Что это? (12ч)</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье?	1
<b>4</b>	Условия сохранения и укрепления физического здоровья.	1
<b>5</b>	Внешние признаки здорового человека: уверенная походка,	1

	правильная осанка, приятное выражение лица, активность.	
6	Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека.	1
7	Физическая культура и здоровье. <b>Практическая деятельность:</b> подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями;	1
8	Закаливание — способ тренировки организма. Правила гигиены	1
9	Правильное питание. Что такое правильное питание.	1
10	Экология питания. Продукты питания как экологический фактор.	1
11	Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. <b>Практическая деятельность:</b> составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов;	1
12	О чём расскажет этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета. <b>Проектная деятельность:</b> «Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания»;	1
	<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (8ч)</b>	<b>8</b>
13	Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара.	1
14	Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре.	1
15	Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения.	1
16	Меры безопасности при пользовании пиротехникой. <b>Проектная деятельность:</b> «Опасные игры».	1
17	Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.	1
18	Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимкатами и уксусной кислотой. <b>Практическая деятельность:</b> правила пользования газовыми и электрическими приборами;	1
19	Правила поведения при затоплении квартиры. Правила безопасного пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.	1
20	Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. <b>Практическая деятельность:</b> использование подручных предметов как средств защиты от нападения;	1
	<b>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (3ч)</b>	<b>3</b>
21	Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями.	1
22	Съедобные и несъедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. <b>Проектная деятельность:</b> «Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать».	1
23	Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Первая помощь при обморожении. <b>Практическая деятельность:</b> отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.	1
	<b>Современный транспорт и безопасность (12 ч)</b>	<b>12</b>
24	Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.	1
25	Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия.	1
26	Нарушение Правил дорожного движения как главная	1



	причина дорожных происшествий.	
27	Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов.	1
28	Первая помощь при кровотечении. Опасные ситуации в метро.	1
29	Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.	1
30	Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. <b>Практическая деятельность:</b> аварийная посадка самолёта.	1
31	Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.	1
32	Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе.	1
33	Опасные игры на железнодорожном транспорте.	1
34	Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте.	1
34	Уголовная ответственность за террористическую деятельность. <b>Проектная деятельность:</b> «История великих кораблекрушений», «Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле».	1
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

#### Лист внесения изменения

Дата	Содержание	Обоснование

## Приложение 1

### Промежуточная контрольная работа по ОБЖ для 8 класса.

Тестовые задания разработаны в соответствии с содержанием обязательного минимума содержания основных образовательных программ по курсу ОБЖ и требований к уровню подготовки учащихся 8 класса. Уровень их сложности определен таким образом, чтобы на решение всех заданий участник смог затратить в общей сложности не более 90 минут.

- Часть А (не менее 20 вопросов), в которой учащемуся необходимо выбрать один правильный ответ из четырех предложенных. Каждый правильный ответ - 1 балл, отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов.
- Часть В (3 ситуации) представляет собой ситуационные задачи, определяющие порядок безопасного поведения человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Каждая задача содержит пять рекомендаций по безопасному поведению с пропусками по тексту. Учащемуся необходимо заполнить пропущенные слова (фразы). Главное – передать смысл, который соответствует безопасному действию человека в определенной опасной и чрезвычайной ситуации. За каждое вставленное правильное слово (фразу) – 1 балл, в сумме 5 баллов за 1 ситуацию.
- Часть С (2 задания). Учащиеся должны письменно ответить на вопросы. Каждый правильный ответ по каждому заданию оценивается 1 баллом.

Таким образом, при правильных ответах по всем заданиям общее количество баллов составит:

- Часть А из 20-ти заданий – 20 баллов
- Часть В из 3-х заданий – 15 баллов
- Часть С из 2-х заданий – 15 баллов

Всего за ответы из 25 заданий можно набрать 50 баллов.

## Задания части А.

*При выполнении заданий с выбором ответа обведите кружком номер одного правильного ответа.*

### I. ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ.

1. Что такое пожар?
  1. Химическая реакция окисления, сопровождающаяся свечением и выделением большого количества тепла
  2. Неконтролируемое стихийно развивающееся горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью людей.
  3. Частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительным количеством тепла и света.
  4. Возгорание легковоспламеняющихся материалов.
  
2. В результате пожара на лестничной площадке загорелась входная дверь в вашу квартиру. Огонь отрезал путь к выходу. Что вы будете делать?
  1. Уйдете в дальнюю комнату, плотно закрыв входную дверь мокрым одеялом.
  2. Попытаетесь выломать дверь и выскочить на лестничную площадку.
  3. Начнете кричать и звать на помощь соседей.
  4. Спрячетесь в ванной комнате.
  
3. Как нужно покидать сильно задымленную квартиру?
  1. Двигаться в полный рост.
  2. Быстрым шагом или бегом.
  3. Двигаться в полный рост, накинув на голову влажную ткань.
  4. Перемещаться ползком или низко пригнувшись к полу.
  
4. Во время движения в салоне автобуса начался пожар. Каковы ваши действия?
  1. Не предупредив водителя, попытаетесь потушить огонь с помощью огнетушителя или накрыть верхней одеждой очаг возгорания.
  2. Разобьёте боковое окно транспортного средства.
  3. Предупредив водителя, попытаетесь по возможности потушить огонь с помощью огнетушителя, если он есть в салоне, или накрыть верхней одеждой очаг возгорания.
  4. Займете место в салоне подальше от места возгорания.

### II. БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ

1. **Можно ли на мопеде ездить по автомагистрали?**
  1. Да, на любой модели.

2. Нет.
3. Да, если группа составляет не менее 5 человек.
4. Да, если его техническая скорость больше 40 км/ч.

**2. Каким лицам разрешено управлять мопедом при движении по дорогам?**

1. Не моложе 14 лет.
2. На моложе 15 лет.
3. Не моложе 16 лет.
4. Не моложе 18 лет

**3. Может ли пешеход двигаться по проезжей части дороги?**

1. Да.
2. Да, если создает помехи другим пешеходам на тротуаре.
3. Нет.
4. Да, если на проезжей части нет транспорта.

**4. В каком случае можно переходить дорогу без перехода?**

- 1.1. Только при отсутствии ограждений и движущегося транспорта.
- 1.2. Только при достаточной видимости в обе стороны и отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка.
- 1.3. Дорогу нельзя переходить вне пешеходного перехода.
- 1.4. Когда нет близко идущего транспортного средства.

**III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АКТИВНОМ ОТДЫХЕ**

**В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ.**

**1. Собираясь в поход, необходимо подобрать одежду. Какой она должна быть?**

- 1.1. В первую очередь водонепроницаемой.
- 1.2. Однотонной или из камуфлированного материала.
- 1.3. Из синтетических материалов.
- 1.4. Свободной и в несколько слоев, чистой и сухой.

**2. Найдите в перечне требований к месту летнего лагеря ошибку.**

- 1.1. Наличие ровной площадки.
- 1.2. Наличие красивого вида.
- 1.3. Наличие воды.
- 1.4. Наличие мобильной связи.

### **3. Совершая переход через лес, вы почувствовали, что заблудились. Как нужно действовать?**

- 1.1. Немедленно начать движение в обратном направлении.
- 1.2. Залезть на самое высокое дерево и попытаться определить направление движения.
- 1.3. Громко кричать и звать кого-либо на помощь.
- 1.4. Прекратить движение и сориентироваться с помощью компаса или природных признаков.

### **4. Находясь в походе зимой, человек отморозил себе руку. Что нужно делать?**

- 1.1. Растирать руку снегом.
- 1.2. Растирать руку мягкой шерстяной тканью.
- 1.3. Согреть руку собственным теплом.
- 1.4. Согреть руку у костра.

## **IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА**

### **1. Основными причинами землетрясений являются:**

- 1.1. Волновые колебания в скальных породах.
- 1.2. Строительство крупных водохранилищ в зонах тектонических разломов.
- 1.3. Сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой.
- 1.4. Вулканические проявления в земной коре.

### **2. Укажите самое безопасное место во время урагана, если вы находитесь внутри здания:**

- 1.1. Чердак.
- 1.2. Подвал.
- 1.3. Верхние этажи здания.
- 1.4. Нижние этажи здания.

### **3. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного затопления необходимо начинать тогда, когда вода:**

- 1.1. затопила подвальные помещения, в котором вы находитесь.
- 1.2. затопила первый этаж помещения, в котором вы находитесь.
- 1.3. достигла отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни.
- 1.4. стала резко подниматься.

### **4. Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах – это:**

- 1.1. камнепад.
- 1.2. оползень.
- 1.3. Обвал.

1.4. Сель.

## **V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ.**

### **1. Как нужно накладывать шину при переломах?**

1.1. Выше и ниже перелома, чтобы рана оставалась стерильна.

1.2. На место перелома.

1.3. Выше перелома, закрывая рану.

1.4. Ниже перелома.

### **2. Максимальное время наложения жгута в летнее время не должно превышать:**

1.1. 1,5 часов.

1.2. 2-х часов

1.3. 1 час.

1.4. 30 мин.

### **3. Что нужно делать в первую очередь при наружном кровотечении?**

1.1. Наложить на рану сухую стерильную повязку.

1.2. Обработать участок тела вокруг раны.

1.3. Наложить давящую повязку или кровоостанавливающий жгут.

1.4. Обработать рану йодом.

### **4. Что нужно делать в первую очередь при укусе змеи?**

1.1. Часть яда выдавить с кровью и ввести при наличии сыворотку.

1.2. Наложить жгут.

1.3. Прижечь порошком марганцовки.

1.4. Обработать место укуса йодом.

### **Задания части В**

***В этой части содержатся задания, которые требуют правильно дописать информацию.***

1. Обеспечение личной безопасности, если произошел взрыв в здании в результате теракта:

1.1. Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку. Продвигайтесь осторожно, не трогайте \_\_\_\_\_.

- 1.2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться \_\_\_\_\_. При задымлении помещения защитить органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).
- 1.3. В случае необходимой эвакуации взять необходимые носильные вещи, деньги и документы. При невозможности эвакуации необходимо принять меры и дать о себе знать. Для этого надо \_\_\_\_\_.
- 1.4. С выходом из дома отойти на \_\_\_\_\_ расстояние.
- 1.5. Действуйте в строгом соответствии с указанием \_\_\_\_\_.

2. Правила работы за компьютером:

- 1.1. В соответствии с установленными нормами непрерывная продолжительность работы школьника не должна превышать \_\_\_\_\_ минут.
- 1.2. После каждого продолжительного занятия на компьютере рекомендуется выполнять \_\_\_\_\_.
- 1.3. Следить, чтобы положение монитора соответствовало направлению \_\_\_\_\_.
- 1.4. Установить клавиатуру так, чтобы не надо было \_\_\_\_\_.
- 1.5. Не располагать экран так, чтобы он был обращен в \_\_\_\_\_.

3. Уход за ногами в походных условиях:

- 1.1. Чтобы не натирать ноги в походе, необходимо \_\_\_\_\_.
- 1.2. В походах желательно пользоваться \_\_\_\_\_, которые следует стирать каждый день.
- 1.3. Сапоги и другую кожаную обувь необходимо по мере необходимости \_\_\_\_\_.
- 1.4. Нельзя сушить обувь у костра, так как кожа обуви от этого \_\_\_\_\_ и будет натирать ноги.
- 1.5. Для просушки обуви на ночь ее можно плотно набить \_\_\_\_\_ . К утру она будет сухой.

**Задания части С.**

1. В школе произошло крупное возгорание на 1-ом этаже здания. Назовите 5 основных правил, которые необходимо знать и соблюдать, чтобы спастись при пожаре.
2. Первая медицинская помощь при различных ранениях.

**Ответы.**

**Задания части А.**

I. ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ.

1. 2
2. 1
3. 4
4. 3

II. БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ

1. 4
2. 2
3. 3
4. 2

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АКТИВНОМ ОТДЫХЕ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ.

1. 4
2. 2
3. 4
4. 3

IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

1. 3
2. 2
3. 4
4. 3

V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

1. 1
2. 2
3. 3
4. 1

**Задания части В**

1.

1.1. ... руками поврежденных конструкций и проводов.

1.2. ... открытым пламенем (спичками).



1.3. ... выйти на балкон или открыть окно и звать на помощь.

1.4. ... безопасное...

1.5. ... должностных лиц.

2.

1.1. ... 25 мин.

1.2. ... определенные физические упражнения.

1.3. ... взгляда.

1.4. ... не надо было далеко тянуться.

1.5. ... он был обращен в сторону окна.

3.

1.1. ... следить за состоянием обуви.

1.2. ... шерстяными или хлопчатобумажными носками.

1.3. ... просушивать и смазывать.

1.4. ... твердеет и теряет гибкость.

1.5. ... сухим сеном, мхом, или колосьями дикорастущих злаков.

### **Задания части С**

1. Решение:

- не допускать паники
- закрыть рот и нос влажной тканью
- передвигаться нужно пригнувшись к полу
- исключить движение возле мест возгорания
- исключить движение возле мест сильного задымления
- внимательно слушать указания учителя

2. Решение:

- промыть кипяченой водой (перекисью водорода, раствором марганцовки, мочой)
- обработать рану раствором йода, зеленки, спиртосодержащей жидкостью
- при сильном кровотечении остановить кровь известными вам способами
- наложить стерильную или давящую повязку
- наложить холод при ушибах, растяжениях
- обеспечить покой поврежденной части тела
- обратиться к врачу, если это необходимо (вызвать скорую помощь)
- наложить жгут или закрутку выше раны ( на ткань, написать записку со временем)

- дать обезболивающее средство
- придать поврежденной конечности возвышенное положение
- максимально согнуть конечность в суставе
- прижать пальцами соответствующий артериальный сосуд