

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**МБОУ СОШ № 71**

|                           |                                  |                   |
|---------------------------|----------------------------------|-------------------|
| <b>РАССМОТРЕНО</b>        | <b>СОГЛАСОВАНО</b>               | <b>УТВЕРЖДЕНО</b> |
| Педагогическим<br>советом | Руководитель ШМК<br>Шараева А.С. | Директор школы    |
| Протокол №1               | Протокол №1                      | Алимова Т.В.      |
| 28.08.2023 г              | 28.01.2023 г                     | Приказ № 561      |
|                           |                                  | 28.08.2023 г      |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 8 – 9 классов

**Ижевск 2023**

**Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровень основного общего образования  
(для 8–9-х классов)**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровень основного общего образования для обучающихся 8–9-х классов ГБОУ «Средняя школа № 1» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», утвержденной решением Коллегии Минпросвещения 24.12.2018;
- учебного плана основного общего образования, утвержденного приказом ГБОУ «Средняя школа № 1» от 31.08.2022 № 175 «Об утверждении основной образовательной программы основного общего образования»;
- положения о рабочей программе ГБОУ «Средняя школа № 1»;
- федеральной рабочей программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

Целью изучения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и

- чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Изучение учебного предмета ОБЖ предусматривается в течение двух лет, в 8–9 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение предмета ОБЖ отводится 68 часов, из них по 34 часа в каждом классе.

Для реализации программы используются учебники, допущенные к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, приказом Минпросвещения от 21.09.2022 № 858:

- Основы безопасности жизнедеятельности (в 2 частях), 8–9 классы/Рудаков Д.П. и др.; под научной редакцией Шойгу Ю.С., АО «Издательство "Просвещение"»;

Электронные образовательные ресурсы, допущенные к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования приказом Минпросвещения от 02.08.2022 № 653:

- Электронный образовательный ресурс «Домашние задания. Основное общее образование. Основы безопасности жизнедеятельности», 5–9 класс, АО «Издательство "Просвещение"»;
- <...>

## Содержание учебного предмета

**Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

- цель и задачи учебного предмета ОБЖ, его ключевые понятия и значение для человека;
- смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»;
- источники и факторы опасности, их классификация;
- общие принципы безопасного поведения;
- виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной ситуаций;
- уровни взаимодействия человека и окружающей среды;
- механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную ситуацию, правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

## **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

- основные источники опасности в быту и их классификация;
- защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;
- бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности;
- признаки отравления, приемы и правила оказания первой помощи;
- правила комплектования и хранения домашней аптечки;
- бытовые травмы и правила их предупреждения, приемы и правила оказания первой помощи;
- правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приемы и правила оказания первой помощи;
- правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них;
- пожар и факторы его развития;
- условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приемы и правила оказания первой помощи;
- первичные средства пожаротушения;
- правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения;
- права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;
- ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми;
- меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних;
- классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения;
- правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

## **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

- правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения;
- правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;
- «дорожные ловушки» и правила их предупреждения;
- световозвращающие элементы и правила их применения;
- правила дорожного движения для пассажиров;
- обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения;
- порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом;
- правила поведения пассажира мотоцикла;
- правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколеса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов);
- дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста;
- правила подготовки велосипеда к пользованию.

#### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

- общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных местах;
- правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;
- массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей;
- порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей;
- порядок действий при попадании в толпу и давку;
- порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара;
- порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий;
- опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах, порядок действий при их возникновении;
- порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;
- порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

#### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

- чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;
- правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними;
- порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых;
- различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями;
- автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к длительному автономному существованию;
- порядок действий при автономном существовании в природной среде;
- правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;
- общие правила безопасного поведения на водоемах, правила купания в подготовленных и неподготовленных местах;
- порядок действий при обнаружении тонущего человека;
- правила поведения при нахождении на плавсредствах;
- правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении человека в полынье.

#### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

- смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека;
- факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек;
- элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья;
- понятие «инфекционные заболевания», причины их возникновения;
- механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и защиты от них;
- порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемия, пандемия);

- мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения;
- понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация, факторы риска неинфекционных заболеваний;
- меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них;
- диспансеризация и ее задачи;
- понятие «первая помощь» и обязанность по ее оказанию, универсальный алгоритм оказания первой помощи;
- назначение и состав аптечки первой помощи;
- порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, приемы психологической поддержки пострадавшего.

### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

- общение и его значение для человека, способы организации эффективного и позитивного общения;
- приемы и правила безопасной межличностной коммуникации и комфортного взаимодействия в группе, признаки конструктивного и деструктивного общения;
- манипуляции в ходе межличностного общения, приемы распознавания манипуляций и способы противостояния им;
- приемы распознавания противозаконных проявлений манипуляции (мошенничество, вымогательство, подстрекательство к действиям, которые могут причинить вред жизни и здоровью, и вовлечение в преступную, асоциальную или деструктивную деятельность) и способы защиты от них;
- современные молодежные увлечения и опасности, связанные с ними, правила безопасного поведения;
- правила безопасной коммуникации с незнакомыми людьми.

### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

- понятие «цифровая среда», ее характеристики и примеры информационных и компьютерных угроз, положительные возможности цифровой среды;
- риски и угрозы при использовании Интернета;
- общие принципы безопасного поведения, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в личном цифровом пространстве;
- основные виды опасного и запрещенного контента в Интернете и его признаки, приемы распознавания опасностей при использовании Интернета;
- противоправные действия в Интернете;
- правила цифрового поведения, необходимого для предотвращения рисков и угроз при использовании Интернета (кибербуллинга, вербовки в различные организации и группы).

### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

- понятия «экстремизм» и «терроризм», их содержание, причины, возможные варианты проявления и последствия;

- цели и формы проявления террористических актов, их последствия, уровни террористической опасности;
- основы общественно-государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, контртеррористическая операция и ее цели;
- признаки вовлечения в террористическую деятельность, правила антитеррористического поведения;
- признаки угроз и подготовки различных форм терактов, порядок действий при их обнаружении;
- правила безопасного поведения в условиях совершения теракта;
- порядок действий при совершении теракта (нападение террористов и попытка захвата заложников, попадание в заложники, огневой налет, наезд транспортного средства, подрыв взрывного устройства).

### **Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

- классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее задачи, структура, режимы функционирования;
- государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними;
- общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения;
- права, обязанности и роль граждан Российской Федерации в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- антикоррупционное поведение как элемент общественной и государственной безопасности;
- информирование и оповещение населения о чрезвычайных ситуациях, система ОКСИОН;
- сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении, в том числе при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ;
- средства индивидуальной и коллективной защиты населения, порядок пользования фильтрующим противогазом;
- эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Личностные результаты**

Настоящая программа четко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

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

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

### **1. Патриотическое воспитание:**

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;
- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества.

### **2. Гражданское воспитание:**

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);
- сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;
- понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;



- знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

### **3. Духовно-нравственное воспитание:**

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;
- развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

### **4. Эстетическое воспитание:**

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

### **5. Ценности научного познания:**

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;
- формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);
- установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей.

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

- понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;
- осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

#### **7. Трудовое воспитание:**

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей;
- укрепление ответственного отношения к учебе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;
- установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

#### **8. Экологическое воспитание:**

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение

уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

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

## Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать:

### 1. Владение универсальными познавательными действиями.

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

- формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;
- обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;
- проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

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

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

## **2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.**

Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;
- планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);
- определять свои действия и действия партнера, которые помогли или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

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

### **3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.**

Самоорганизация:

- выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;
- аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учетом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;
- составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

- давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

- управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;
- быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

## Предметные результаты

### 8-й класс

#### Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:

- объяснять понятия опасной и чрезвычайной ситуации, анализировать, в чем их сходство и различия (виды чрезвычайных ситуаций, в том числе террористического характера);
- раскрывать смысл понятия культуры безопасности (как способности предвидеть, по возможности избегать, действовать в опасных ситуациях);
- приводить примеры угрозы физическому, психическому здоровью человека и/или нанесения ущерба имуществу, безопасности личности, общества, государства;
- классифицировать источники опасности и факторы опасности (природные, физические, биологические, химические, психологические, социальные источники опасности – люди, животные, вирусы и бактерии; вещества, предметы и явления), в том числе техногенного происхождения;
- раскрывать общие принципы безопасного поведения.

#### Модуль № 2 «Безопасность в быту»:

- объяснять особенности жизнеобеспечения жилища;
- классифицировать источники опасности в быту (пожароопасные предметы, электроприборы, газовое оборудование, бытовая химия, медикаменты);
- знать права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;
- соблюдать правила безопасного поведения, позволяющие предупредить возникновение опасных ситуаций в быту;
- распознавать ситуации криминального характера;
- знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;
- безопасно действовать при возникновении аварийных ситуаций техногенного происхождения в коммунальных системах жизнеобеспечения (водо- и газоснабжение, канализация, электроэнергетические и тепловые сети);
- безопасно действовать в ситуациях криминального характера;
- безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

- классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный);
- соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя велосипеда и иных средств передвижения;

### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

- характеризовать потенциальные источники опасности в общественных местах, в том числе техногенного происхождения;
- распознавать и характеризовать ситуации криминогенного и антиобщественного характера (кража, грабеж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия);
- соблюдать правила безопасного поведения в местах массового пребывания людей (в толпе);
- знать правила информирования экстренных служб;
- безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов;
- эвакуироваться из общественных мест и зданий;
- безопасно действовать при возникновении пожара и происшествиях в общественных местах;
- безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;
- безопасно действовать в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера.

### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

- соблюдать правила безопасного поведения на природе;
- объяснять правила безопасного поведения на водоемах в различное время года;
- характеризовать правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде;
- безопасно действовать при автономном существовании в природной среде, учитывая вероятность потери ориентиров (риска заблудиться), встречи с дикими животными, опасными насекомыми, клещами и змеями, ядовитыми грибами и растениями;
- знать и применять способы подачи сигнала о помощи.

### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

- раскрывать смысл понятий здоровья (физического и психического) и здорового образа жизни;
- характеризовать факторы, влияющие на здоровье человека;
- раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);
- сформировать негативное отношение к вредным привычкам (табакокурение, алкоголизм, наркомания, игровая зависимость);

- приводить примеры мер защиты от инфекционных и неинфекционных заболеваний;
- безопасно действовать в случае возникновения чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемии, пандемии);
- характеризовать основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального характера;
- оказывать первую помощь и самопомощь при неотложных состояниях.

#### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

- приводить примеры манипуляций (в том числе в целях вовлечения в экстремистскую, террористическую и иную деструктивную деятельность, в субкультуры и формируемые на их основе сообщества экстремистской и суицидальной направленности) и способов противостоять манипуляциям;
- соблюдать правила коммуникации с незнакомыми людьми (в том числе с подозрительными людьми, у которых могут иметься преступные намерения);
- соблюдать правила безопасного и комфортного существования со знакомыми людьми и в различных группах, в том числе в семье, классе, коллективе кружка/секции/спортивной команды, группе друзей;
- распознавать опасности и соблюдать правила безопасного поведения в практике современных молодежных увлечений.

#### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

- приводить примеры информационных и компьютерных угроз;
- характеризовать потенциальные риски и угрозы при использовании сети Интернет (далее – Интернет), предупреждать риски и угрозы в Интернете (в том числе вовлечения в экстремистские, террористические и иные деструктивные интернет-сообщества);
- владеть принципами безопасного использования Интернета;
- предупреждать возникновение сложных и опасных ситуаций;
- характеризовать и предотвращать потенциальные риски и угрозы при использовании Интернета (например: мошенничество, игромания, деструктивные сообщества в социальных сетях).

#### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

- объяснять понятия экстремизма, терроризма, их причины и последствия;
- сформировать негативное отношение к экстремистской и террористической деятельности;
- объяснять организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации;
- распознавать ситуации угрозы террористического акта в доме, в общественном месте;
- безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (или опасных) вещей и предметов;
- безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников.



## **9-й класс**

### **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

- знать права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;
- знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;
- безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

- классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный);
- соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя велосипеда и иных средств передвижения;
- предупреждать возникновение сложных и опасных ситуаций на транспорте, в том числе криминогенного характера, и ситуации угрозы террористического акта;
- безопасно действовать в ситуациях, когда человек стал участником происшествия на транспорте (наземном, подземном, железнодорожном, воздушном, водном), в том числе вызванного террористическим актом.

### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

- распознавать и характеризовать ситуации криминогенного и антиобщественного характера (кража, грабеж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия);
- знать правила информирования экстренных служб;
- безопасно действовать при возникновении пожара и происшествиях в общественных местах;
- безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;
- безопасно действовать в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера.

### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

- раскрывать смысл понятия экологии, экологической культуры, значение экологии для устойчивого развития общества;
- помнить и выполнять правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке;
- объяснять правила безопасного поведения на водоемах в различное время года;
- безопасно действовать в случае возникновения чрезвычайных ситуаций геологического происхождения (землетрясения, извержения вулкана), чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи), гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины), природных пожаров (лесные, торфяные, степные);

- характеризовать правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде;
- безопасно действовать при автономном существовании в природной среде, учитывая вероятность потери ориентиров (риска заблудиться), встречи с дикими животными, опасными насекомыми, клещами и змеями, ядовитыми грибами и растениями;
- знать и применять способы подачи сигнала о помощи.

#### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

- раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);
- оказывать первую помощь и самопомощь при неотложных состояниях.

#### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

- приводить примеры межличностного и группового конфликта;
- характеризовать способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций;
- характеризовать опасные проявления конфликтов (в том числе насилие, буллинг (травля));
- приводить примеры манипуляций (в том числе в целях вовлечения в экстремистскую, террористическую и иную деструктивную деятельность, в субкультуры и формируемые на их основе сообщества экстремистской и суицидальной направленности) и способов противостоять манипуляциям;
- соблюдать правила коммуникации с незнакомыми людьми (в том числе с подозрительными людьми, у которых могут иметься преступные намерения);
- соблюдать правила безопасного и комфортного существования со знакомыми людьми и в различных группах, в том числе в семье, классе, коллективе кружка/секции/спортивной команды, группе друзей;
- распознавать опасности и соблюдать правила безопасного поведения в практике современных молодежных увлечений;
- безопасно действовать при опасных проявлениях конфликта и при возможных манипуляциях.

#### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

- характеризовать потенциальные риски и угрозы при использовании сети Интернет (далее – Интернет), предупреждать риски и угрозы в Интернете (в том числе вовлечения в экстремистские, террористические и иные деструктивные интернет-сообщества);
- характеризовать и предотвращать потенциальные риски и угрозы при использовании Интернета (например: мошенничество, игромания, деструктивные сообщества в социальных сетях).

#### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

- объяснять понятия экстремизма, терроризма, их причины и последствия;
- сформировать негативное отношение к экстремистской и террористической деятельности;

- объяснять организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации;
- распознавать ситуации угрозы террористического акта в доме, в общественном месте;
- безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (или опасных) вещей и предметов;
- безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников.

### **Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

- характеризовать роль человека, общества и государства при обеспечении безопасности жизни и здоровья населения в Российской Федерации;
- объяснять роль государственных служб Российской Федерации по защите населения при возникновении и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций в современных условиях;
- характеризовать основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций различного характера;
- объяснять правила оповещения и эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- помнить и объяснять права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- владеть правилами безопасного поведения и безопасно действовать в различных ситуациях;
- владеть способами антикоррупционного поведения с учетом возрастных обязанностей;
- информировать население и соответствующие органы о возникновении опасных ситуаций.

## **Тематическое планирование**

### **8 класс**

| № п/п | Наименование разделов и тем программы                                   | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1     | Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе» | 2                |                    |                     | Электронный образовательный ресурс «Домашние задания. Основное общее образование. Основы безопасности |

|                                     |  |    |   |   |  |
|-------------------------------------|--|----|---|---|--|
|                                     |  |    |   |   | жизнедеятельности», 5–9 класс, АО «Издательство "Просвещение"»             |
| 2                                   | Модуль «Безопасность в быту»                                     | 6  |   | 1 | Библиотека ФГИС «Моя школа» – lesson.academy-content.myschool.edu.ru/17/08 |
| 3                                   | Модуль «Безопасность на транспорте»                              | 4  |   | 1 | <...>  |
| 4                                   | Модуль «Безопасность в общественных местах»                      | 4  |   |   | <...>  |
| 5                                   | Модуль «Безопасность в природной среде»                          | 3  |   |   | <...>  |
| 6                                   | Модуль «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний» | 7  |   | 1 | <...>  |
| 7                                   | Модуль «Безопасность в социуме»                                  | 3  |   |   | <...>  |
| 8                                   | Модуль «Безопасность в информационном пространстве»              | 2  |   |   | <...>  |
| 9                                   | Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»         | 3  |   |   | <...>  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34 | 0 | 3 |  |

## 9 класс

| № п/п | Наименование разделов и тем программы                            | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы   |
|-------|--|------------------|--------------------|---------------------|--|
|       |  | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |  |
| 1     | Модуль «Безопасность в быту»                                     | 1                |                    |                     | Электронный образовательный ресурс «Домашние задания. Основное общее образование. Основы безопасности жизнедеятельности», 5–9 класс, АО «Издательство "Просвещение"» |
| 2     | Модуль «Безопасность на транспорте»                              | 5                |                    | 1                   | Библиотека ФГИС «Моя школа» – <a href="http://lesson.academy-content.myschool.edu.ru/17/09">lesson.academy-content.myschool.edu.ru/17/09</a>                         |
| 3     | Модуль «Безопасность в общественных местах»                      | 2                |                    |                     | <...>  |
| 4     | Модуль «Безопасность в природной среде»                          | 8                |                    | 1                   | <...>  |
| 5     | Модуль «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний» | 3                |                    |                     | <...>  |
| 6     | Модуль «Безопасность в социуме»                                  | 4                |                    |                     | <...>  |
| 7     | Модуль «Безопасность в информационном пространстве»              | 3                |                    |                     | <...>  |
| 8     | Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»         | 4                |                    | 1                   | <...>  |
| 9     | Модуль   | 4                |                    |                     | <...>  |

|                                     |   |   |   |  |  |
|-------------------------------------|---|---|---|--|--|
|                                     | «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения» |   |   |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 34  | 0 | 3 |  |  |

### Тест по ОБЖ Тема "Здоровый Образ Жизни"

1. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

1. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья

2. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

3. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

4. Регулярные занятия физкультурой

2. Вопрос: Что такое режим дня ?

1. Порядок выполнения повседневных дел

2. Установленного распорядка жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон

3. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

4. Строгое соблюдение определенных правил

3. Вопрос: Что такое рациональное питание?

1. Питание распределенное по времени принятия пищи

2. Питание с учетом потребностей организма

3. Питание определенным набором продуктов питания

4. Питание с определенным соотношением питательных веществ

4. Вопрос: Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность?

1. Белки, жиры, углеводы и минеральные соли.

2. Вода, белки, жиры и углеводы.

3. Белки, жиры, углеводы.

4. Жиры и углеводы.

5. Вопрос: Что такое витамины?

1. Органические химические соединения, необходимые для синтеза белков-ферментов.

2. Неорганические химические соединения, необходимые для работы организма.

3. Органические химические соединения, являющиеся ферментами.

4. Органические химические соединения, содержащиеся в продуктах питания.

6. Вопрос: Что такое двигательная активность?

1. Количество движений, необходимых для работы организма.

2. Занятие физической культурой и спортом.

3. Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности.

4. Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие.

7. Вопрос: Что такое личная гигиена?

1. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.

2. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.

3. Правила ухода за телом, кожей, зубами.

4. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

8. Вопрос: Что такое закаливание?

1. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.

2. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам

3. Перечень процедур для воздействия на организм холода

4. Купание в зимнее время

9. Вопрос: Назовите основные двигательные качества?

1. Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения.

2. Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила.

3. Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества.

4. Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений.

10. Вопрос: Каково соотношение основных питательных веществ?

1. Белки-1 часть, жиры-1 часть, углеводы - 1 часть.

2. Белки-1 часть, жиры-1 часть, углеводы - 4 части.

3. Белки -1 часть, жиры-2 части, углеводы -4 части.

4. Белки -1 часть, жиры-1 часть, углеводы -2 части.

### **Основы здорового образа жизни.**

**1. Какие известны факторы воздействия на здоровье человека?**

а. гомеопатические;

б. физические;

в. химические и биологические;

г. социальные и психические.

**2. Что необходимо сразу же предпринять, если на кожу попала кислота или другое химическое вещество?**

а. ополоснуть кожу марганцовкой; б. протереть это место спиртом;

в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;

г. немедленно промокнуть это место тампоном.



**3. Как называется наиболее распространённая форма эрозии зубов?**

- а. аденома; б. псориаз; в. герпес;  
г. кариес; д. коррозия;

**4. Какую пищу необходимо чаще употреблять, чтобы укрепить зубы?**

- а. продукты содержащие животные и растительные жиры; б. мясные продукты;  
в. рыбу и морепродукты; г. яблоки, морковь, орехи, семечки подсолнуха, оливки, сыр.

**5. Как называется болезнь, вызывающая появление на коже головы и в волосах человека белых и желтоватых чешуек?**

- а. диспепсия; б. диабет; в. герпес; г. себорея;

**6. Какую пищу необходимо исключить из рациона при заболевании, связанным с нарушением обмена веществ?**

- а. орехи; б. сыр; в. жирные и острые блюда; г. копчёное мясо и рыбу.

**7. Каким требованием должен удовлетворять материал, из которого изготавливается одежда?**

- а. быть теплопроводным и воздухопроницаемым;  
б. быть теплопроводным и воздухонепроницаемым;  
в. быть гигроскопичным и водосбалансированным;  
г. быть гигроскопичным и водоёмким.

**8. Какие способы очищения организма наиболее распространены?**

- а. специальные диеты; б. использование тепла;  
в. применение клизм, голодание; г. применение холода;  
д. использование мочегонных и желчегонных средств.

**9. В чём заключается важнейшая задача семьи?**

- а. развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;  
б. рождение и воспитание детей; в. рождение детей;  
г. развитие духовных качеств супругов.

**10. Какой брак официально признан в Российской Федерации?**

- а. брак, зарегистрированный в общественной организации;
- б. специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России;
- в. гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями;
- г. гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния.

**11. Какие установлены обязательные условия для заключения брака в РФ?**

- а. взаимное согласие лиц, вступающих в брак;
- б. достижение обоими брачного возраста-18 лет;
- в. недостижение предельного возраста для вступления в брак;
- г. выполнение ограничений в отношении некоторых категорий иностранных граждан.

**12. По каким основаниям брак в РФ признаётся не действительным?**

- а. заключение фиктивного брака;
- б. недееспособность или несовершеннолетие вступающего в брак;
- в. обман, угрозы, применённые при заключении брака;
- г. нарушение принципа единобрачия;
- д. преклонный возраст вступающих в брак.
- е. серьёзные различия в общественном положении супругов.

**13. Каким образом в РФ производится лишение родительских прав?**

- а. только органами МВД России; б. только органами опеки;
- в. только органами социальной защиты населения;
- г. только в судебном порядке; д. только товарищескими судами.

**Тест по ОБЖ по теме: Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера.**

**1. Как следует себя вести, если есть с собой крупная сумма денег?**

- а. деньги окружающим надо показывать только при необходимости;
- б. не считать деньги на виду у всех;
- в. избегать мест большого скопления народа;
- г. держаться подальше от рынков и любой толпы;
- д. лучше держать деньги в наружных карманах, оттуда их легче достать при совершении покупки.

**2. Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?**

- а. двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места;
- б. стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест;
- в. на улицах держаться подальше от стен домов и подворотен;
- г. держаться поближе к стенам домов.

**3. Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?**

- а. согласиться и сесть в машину; б. посоветоваться с друзьями;
- в. согласиться, если водитель внушает доверие;
- г. не принимать предложение.

**4. Как следует вести себя, если показалось, что кто-то преследует?**

- а. остановиться и выяснить, что надо преследователю;
- б. следует менять темп ходьбы;
- в. перейти несколько раз на противоположную сторону улицы;
- г. бежать к освещённому месту или к людям, которые могут помочь.

**5. Где лучше занять место, зайдя в кафе или ресторан?**

- а. подальше от выхода, спиной к стене;
- б. поближе к выходу, спиной к стене;
- в. рядом со стойкой; г. подальше от стойки;

д. в слабо освещённом углу, чтобы не заметили.

**6. Как поступить, если необходимо поменять валюту?**

- а. менять валюту в любом месте по наиболее выгодному курсу;
- б. менять валюту только в специально предназначенных для этого местах;
- в. действовать по обстоятельствам; г. посоветоваться с прохожими;

**7. Как следует поступить, если предлагают принять участие в азартных играх?**

- а. согласиться, чтобы увеличить свой капитал;
- б. посоветоваться с друзьями;
- в. подумать и, если предлагающие вызывают доверие, рискнуть; г. не следует принимать приглашение.

**8. Как необходимо действовать, если подошёл к остановке пустой автобус (троллейбус, трамвай)?**

- а. не следует садиться; б. следует сесть на заднее сидение;
- в. следует сесть, где понравится; г. следует сесть поближе к водителю.

**9. Где следует находиться в автобусе, если в нем нет свободных сидячих мест?**

- а. рядом с подножкой; б. в проходе у выхода; в. в центральном проходе;
- г. там, где есть место;

**10. Как необходимо обходить стоящий трамвай?**

- а. как удобно пешеходу; б. сзади, как и автобус; в. спереди;
- г. как большинство других пешеходов; д. сзади и спереди.

**11. Как следует поступить, если посторонние люди предлагают выпить алкогольные напитки, пиво, лимонад?**

- а. поблагодарить и выпить, б. поблагодарить и отказаться;
- в. посоветоваться с родственниками;
- г. выпить, если предлагающие внушают доверие.

**12. Как необходимо поступить человеку, если в подъезд вместе с ним доходит незнакомец?**

- а. не следует обращать на постороннего внимания;
- б. пропустить незнакомца вперёд;
- в. под любым предлогом задержаться у подъезда;
- г. войдя в подъезд побежать наверх.

**13. Что необходимо принять человеку, если он всё-таки вошёл в лифт с незнакомцем, вызывающим подозрение?**

- а. не следует ничего предпринимать, вести себя как обычно;
- б. заговорить с незнакомцем; в. нажать кнопки «диспетчер» и «стоп», завязать разговор с диспетчером и ехать на свой этаж;
- г. постоянно наблюдать за действиями незнакомца.

1. Где лед всегда тоньше ? а)на середине реки; б)у берегов; в)рядом с пристанями; г)вблизи выступающих на поверхность кустов, травы; д)под снегом.

1. Запрещается : а)бросать на лед камни; б)выходить на лед в одиночку; в)пробовать прочность льда ударом ноги; г)выходить на лед без разрешения взрослых; д)засыпать лед снегом для катания по нему.
2. При рыбной ловле из лунки во льду наиболее опасно : а)использовать спиннинг; б)ловить рыбу у берега; в)собираться на льду большими группами; г)ловить рыбу в незнакомых местах; д)размещать лунки на малом расстоянии.
3. Кататься на коньках разрешается... : а)только на специально оборудованных катках; б) при толщине льда менее 25см; в)при толщине льда не менее 25 см; г)при наличии искусственного освещения катка.
4. Что может означать темное пятно на льду ? а)здесь лед самый тонкий; б)здесь лед самый толстый; в)здесь нет течения реки; г)здесь есть течение реки.
5. Выбери подручные спасательные средства: а)жерди, лыжи, лыжные палки; б)сани-носилки, выдвижные лестницы; в)шарф, ремень, веревка.
6. Как следует передвигаться по льду спасателю? а)мелкими шагами и прыжками; б)ползком с раскинутыми руками; в)бегом; г)ложиться на доску, лыжи и другие предметы.
7. Все средства, используемые для спасения утопающего, должны... а)быть надежно связаны веревкой с берегом; б)быть окрашены в яркие цвета; в)быть изготовлены из материалов, обладающих плавучестью.
8. Если вы провалились под лед, то следует: а)широко раскинуть руки, навалиться спиной или грудью на лед и постараться вылезти на него самостоятельно; б)нырнуть и в рывке выпрыгнуть на лед; в)звать на помощь; г)плыть подо-льдом к берегу.
9. При какой температуре воды человек, находящийся в ней, теряет сознание через 15-30 минут? а)16-18С<sup>0</sup>; б)13-15С<sup>0</sup>; в)10-12С<sup>0</sup>; г)менее 10С<sup>0</sup>.

**10. Установи соответствие:**

|    |                                 |   |         |
|----|---------------------------------|---|---------|
| 1. | Единая диспетчерская служба МЧС | А | 02      |
| 2. | Полиция                         | В | 01      |
| 3. | Скорая медпомощь                | С | 5-23-37 |
| 4. | МБОУ СОШ № 3                    | Д | 112     |
| 5. | Пожарная служба                 | Е | 03      |

**Тест по теме: Основы медицинских знаний.**

**1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?**

- а. медленное и тягучее кровотечение;
- б. быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в. сильная боль в повреждённой части тела;
- г. кровь ярко-красного цвета; д. кровь темно-красного цвета.

**2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?**

- а. кровь спокойно вытекает из раны;
- б. кровь фонтанирует из раны; в. кровь ярко-красного цвета;
- г. кровь тёмно-красного цвета; д. слабость.

**3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?**

- а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
- в. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- д. на 3-5 см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

**4. Как правильно наложить давящую повязку?**

- а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б. обработать края раны вазелином или кремом;
- в. прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт; г. наложить повязку.

**5. Укажите признаки внутреннего кровотечения?**

- а. порозовение кожи в области повреждения;
- б. посинение кожи в области повреждения;
- в. учащённый слабый пульс и частое дыхание;
- г. кашель с кровянистыми выделениями;
- д. повышение артериального давления;
- е. чувство неутолимого голода.

**6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?**

- а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- в. смазать рану вазелином или кремом;
- г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

**7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?**

- а. наложением холода на место ушиба;
- б. наложением тепла на место ушиба;
- в. наложением на место ушиба тугий повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

**8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?**

- а. наложить на повреждённое место холод;

- б. наложить на повреждённое место тепло;
- в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?**

- а. обеспечить повреждённой конечности покой;
- б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?**

- а. вправить вышедшие наружу кости;
- б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
- в. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

**11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?**

- а. провести иммобилизацию места перелома;
- б. устранить искривление конечности;
- в. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?**

- а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
- б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- в. на голову пострадавшему положить холод; г. вызвать врача.

**13. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?**

- а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;



б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

в. произвести прекардиальный удар в область грудины;

г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

Тест по ОБЖ. 5 класс.

Правильная последовательность вызова служб по телефону: «Газовая служба», «Скорая помощь», «МЧС», «Милиция»:

А) -04-, -03-, -01-, -02-

В) -04-, -01-, -03-, -02-

Б) -01-, -03-, -04-, -02-

Г) -04-, -03-, -02-, -01-

Сирена и прерывистые гудки предприятий означают сигнал оповещения:

А) «Внимание всем!» Б) «Внимание! Опасность!» В) «Тревога!»

Если в Лицее раздаются три коротких звонка, что нужно делать:

А) быстро эвакуироваться через раздевалку

Б) ждать посыльного или дежурного администратора

В) слушать сообщение через радиоузел

Самый главный враг в любой ЧС (чрезвычайной ситуации):

А) страх

В) незнание курса ОБЖ

Б) неверие в свои силы

Г) паника

Какой фактор пожара является наиболее опасным:

А) дым

В) угарный газ

Б) огонь

Г) сажа, копоть

Эффективное средство индивидуальной защиты органов дыхания при пожаре:

А) сухая ВМП

В) ВМП, смоченная раствором аммиака

Б) ВМП, смоченная водой

Г) противогаз ГП-5 или ГП-7

Признаки отравления угарным газом:

А) потеря сознания

В) судороги в руках и ногах

Б) чрезмерная весёлость                      Г) сухость в горле

Если при передвижении зимой по реке под ногами затрещал лёд, нужно:

А) большими прыжками двигаться вперед

Б) ползком двигаться к берегу

В) бегом назад

Ртуть наиболее опасна, когда она попадает в организм через:

А) желудок                                      В) органы дыхания в виде паров

Б) слизистые (нос, рот, глаза)              Г) кожу

В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы:

А) увеличить давление газа

Б) изменить цвет, чтобы лучше его видеть

В) обнаружить утечку по запаху

Самое опасное место в метро:

Как в походе приготовить воду для питья:

А) профильтровать и прокипятить Б) профильтровать через 2-3 слоя марли

В) опустить веточку зверобоя

К серьёзным последствиям для организма человека приводит потеря крови в количестве: А) около 1 л    Б) более 1 л    В) 1 л

Для быстрой остановки носового кровотечения нужно:

А) запрокинуть голову назад В) наложить лёд на переносицу

Б) вложить в ноздри тампоны, смоченные раствором перекиси водорода

Наиболее эффективный способ выведения человека из бессознательного состояния: А) смочить лицо водой                      В) похлопать по щекам

Б) обдуть полотенцем                      Г) дать понюхать нашатырный спирт

10. наиболее удобная обувь в походе:

А) резиновая обувь

В) кроссовки



10. Ваши действия, если на вас загорелась одежда:

А) побежите и постараетесь сорвать одежду

Б) остановитесь и покатитесь, сбивая пламя

В) будете прыгать, сбивая пламя руками

11. Выходить из зоны химического заражения следует с учетом направления ветра: А) по направлению ветра Б) перпендикулярно направлению ветра

В) навстречу потоку воздуха

12. Запас продуктов при эвакуации должен быть в расчете на:

А) 1 день

Б) 2 дня

В) 3 дня

Г) неделя

Ответы к тесту. 7 класс. 1-а, 2-а, 3-в, 4-г, 5-в, 6-б, 7-б, 8-в, 9-а, 10-б, 11-в, 12-б, 13-а, 14-а, 15-в.

Ответы к тесту. 8 класс. 1а, 2а, 3в, 4г, 5в, 6б, 7а, 8б, 9в, 10б, 11б, 12в, 13в, 14в, 15б

### **Вводная контрольная работа (тест) по ОБЖ 8 класс.**

#### **1. Вопрос: Каковы основные причины пожара ?**

1. Неосторожное обращение с огнем, неправильные действия граждан и поджоги.

2. Разведение огня в помещениях, использование самодельных электронагревателей, использование горючих материалов в быту. 3. Неосторожное обращение с огнем, неисправность и неправильная эксплуатация электрооборудования, шалости детей.

4. Все варианты верны.

#### **2. Вопрос: Поражающие факторы огня (пожара)?**

1. Высокая температура, световое излучение, плохая видимость из-за задымления.

2. Огонь, дым и разрушающее давление пламени. 3. Разрушение зданий и сооружений и паника, возникшая при обнаружении пожара. 4. Все варианты верны.

#### **3. Вопрос: Назовите вторичные поражающие факторы, пожара.**

1. Поражения электрическим током, взрыв газа, разрушение зданий и сооружений.

2. Задымление помещений, нехватка кислорода, световое излучение. 3. Паника, хаотические действия людей на пожаре. 4. Значительный материальный ущерб.

#### **4. Вопрос: Какова причина утечки бытового газа?**

1. Авария на газовой станции. 2. Погасшая или неисправная газовая горелка или повреждения газовой трубы. 3. Высокое давление в газовой трубе. 4. Неправильное использование прибора.

**5. Вопрос: Чем опасна утечка газа ?** 1. Неприятным запахом и порчей мебели. 2. Расходом газа. 3. Отравлением и возможным возникновением взрыва и пожара. 4. Ничем особенным - газ рассеется в воздухе.

**6. Вопрос: Что делать при обнаружении утечки газа в первую очередь?** 1. Если это возможно, закрыть вентиль подачи газа и открыть форточку. 2. Позвонить в газовую службу. 3. Покинуть квартиру, закрыв двери. 4. Зажечь спичку и сжечь скопившийся газ.

**7. Вопрос: Можно ли пользоваться электроприборами, если обнаружится запах газа?**

1. Можно. 2. Нельзя, иначе может произойти взрыв газа. 3. Можно пользоваться только исправными электроприборами. 4. Это зависит от того сколько газа скопилось в помещении.

**8. Как следует себя вести, если есть с собой крупная сумма денег?** 1. деньги окружающим надо показывать только при необходимости; 2. не считать деньги на виду у всех; 3. избегать мест большого скопления народа; 4. лучше держать деньги в наружных карманах, оттуда их легче достать при совершении покупки.

**9. Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?** 1. двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места; 2. стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест; 3. на улицах держаться подальше от стен домов и подворотен; 4. держаться поближе к стенам домов.

**10. Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?** 1. согласиться и сесть в машину; 2. посоветоваться с друзьями; 3. согласиться, если водитель внушает доверие; 4. не принимать предложение.

**11. Как следует вести себя, если показалось, что кто-то преследует?**

1. остановиться и выяснить, что надо преследователю; 2. следует менять темп ходьбы; 3. перейти несколько раз на противоположную сторону улицы; 4. бежать к освещённому месту или к людям, которые могут помочь.

**12. Вопрос: Что такое ориентирование на местности?**

1. Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения. 2. Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения, относительно выбранных ориентиров. 3. Знать направление движения и карту местности. 4. Использование компаса и карты для определения своих координат

### **13. Вопрос: Что такое компас ?**

1. Прибор для определения направления движения 2. Прибор для определения сторон горизонта
3. Прибор для определения. использующий магнитное поле Земли. 4. Проградуированный прибор, делящий пространство на 360 делений и 4 стороны света.

### **14. Наиболее удобная обувь в походе:**

- 1) резиновая обувь. 2) кроссовки. 3) туфли 4) спортивные тапочки

**15. В солнечный полдень тень указывает направление на:** 1) юг 2) север 3) запад 4) восток

### **16. Мхи и лишайники чаще обрастают стволы деревьев со стороны:**

- 1) южной 2) северной 3) западной 4) восточной

**17. Где лучше развести костер зимой:** 1) под ветвями большого дерева 2) на открытом месте

- 3) в вырытой в снегу до земли яме 4) на утоптанном снегу

**18. Где лучше развести костер летом:** 1) под деревом 2) в траве 3) все равно где 4) на старом кострище

### **19. Как защитить себя во время грозы от молнии:**

- 1) спрятаться под елью или другим густым деревом 2) найти сухое место в низине, вдали от высоких деревьев 3) в нише скалы, в пещере

**20. Что такое кровотечение?** 1. Истечение крови из поврежденного кровеносного сосуда. 2. Выход крови из организма. 3. Течение крови по кровеносным сосудам

### **21. Назвать основные виды кровотечений по виду кровеносных сосудов.**

1. Артериальное, венозное, сердечное, сквозное 2. Капиллярное, венозное, наружное и внутреннее 3. Артериальное, венозное, капиллярное и смешанное.

### **22. Назвать признаки артериального кровотечения:**

1. Кровь сочится из кровеносного сосуда. 2. Алая кровь фонтанирует из кровеносного сосуда 3. Темно-красная кровь, истекающая ровной струей

### **23. Назовите виды кровотечений по области истечения**

1. Наружное и внутреннее. 2. Полостное и кожное. 3. Кровотечение внутренних органов .

**24. Назовите основные способы остановки сильных кровотечений:** 1. Наложение жгута и давящей повязки. 2. Наложение жгута, пальцевое прижатие кровеносного сосуда и максимальное сгибание конечности. 3. Давящая повязка, жгут и максимальное сгибание конечности.

**25. Назовите способы остановки небольших кровотечений:**

1. Наложение бинтовой повязки. 2. Наложение бинтовой повязки и наложение пластыря 3. Обработка раны

**26. Перечислить порядок оказания ПМП при небольших кровотечениях:**

1. Промыть рану, обработать рану антисептиком, наложить стерильную бинтовую повязку

2. Обработать рану спиртовым и йодным раствором.

3. Промыть рану, обработать антисептиком, по возможности извлечь из раны посторонние предметы и при необходимости наложить бинтовую повязку.

**27. Какую информацию необходимо зафиксировать при наложении жгута или закрутки?**

1. Информацию о группе крови и резус факторе пострадавшего. 2. Информацию о времени наложения жгута или закрутки 3. Информацию о характере повреждения и кровопотерях

**28. Наиболее частые в нашей местности ЧС природного характера:** 1) наводнения 2) ураганы 3) землетрясения 4) смерчи

**29. Лучшая защита от смерча:**

1) подвал 2) под большим деревом 3) мост (под мостом) 4) автобусная остановка

**30. Где лучше всего находиться, если землетрясение застало вас в квартире:** 1) под кроватью 2) в дверном проеме 3) под столом 4) у окна

**31. Ваши действия, если на вас загорелась одежда:**

1) побежите и постараетесь сорвать одежду. 2) остановитесь и покатайтесь, сбивая пламя. 3) будете прыгать, сбивая пламя руками

**32. Сирена и прерывистые гудки предприятий означают сигнал оповещения:**

1) «Внимание всем!» 2) «Внимание! Опасность!» 3) «Тревога!»

**33. Если в школе раздаются три коротких звонка, то нужно:**

1) быстро эвакуироваться из школы. 2) ждать посыльного или дежурного администратора. 3) слушать сообщение через радиоузел

**34. Самый главный враг в любой ЧС (чрезвычайной ситуации):**

1) страх. 2) незнание курса ОБЖ. 3) неверие в свои силы. 4) паника

**35. Какой фактор пожара является наиболее опасным:**

1) дым. 2) угарный газ. 3) огонь. 4) сажа, копоть

**36. Эффективное средство индивидуальной защиты органов дыхания при пожаре:**

1) сухая ВМП. 2) ВМП, смоченная раствором аммиака.

3) ВМП, смоченная водой. 4) противогаз ГП-5 или ГП-7

**37. Признаки отравления угарным газом:** 1) потеря сознания. 2) судороги в руках и ногах. 3) чрезмерная весёлость. 4) сухость в горле

**38. Если при передвижении зимой по реке под ногами затрещал лёд, нужно:** 1)

большими прыжками двигаться вперед. 2) ползком двигаться к берегу. 3) бегом назад

**39. Что может означать темное пятно на льду ?** 1) здесь лед самый тонкий; 2) здесь лед самый толстый; 3) здесь нет течения реки; 4) здесь есть течение реки.

**40. Выбери подручные спасательные средства:** 1) жерди, лыжи, лыжные палки;

2) санитарные носилки, выдвижные лестницы; 3) шарф, ремень, веревка.

**41. Как следует передвигаться по льду спасателю?** 1) мелкими шагами и прыжками;

2) ползком с раскинутыми руками; 3) бегом; 4) лечь на доску, лыжи и другие предметы.

**42. Все средства, используемые для спасения утопающего, должны...** 1) быть надежно связаны веревкой с берегом; 2) быть окрашены в яркие цвета; 3) быть изготовлены из материалов, обладающих плавучестью.

**43. Если вы провалились под лед, то следует:** 1) широко раскинуть руки, навалиться спиной или грудью на лед и постараться вылезти на него самостоятельно; 2) нырнуть и в рывке выпрыгнуть на лед; 3) звать на помощь; 4) плыть подо-льдом к берегу.

**44. Выходить из зоны химического заражения следует с учетом направления ветра:** 1) по направлению ветра 2) перпендикулярно направлению ветра 3) навстречу потоку воздуха

**45. Запас продуктов при эвакуации должен быть в расчете на:**

1) 1 день            2) 2 дня            3) 3 дня            4) неделя



## **Вводная контрольная работа (тест) по ОБЖ 9 класс.**

### **1. Вопрос: Что такое Пожар?**

1. Пожар это распространение огня, опасное для человека.
2. Неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровья граждан, интересам общества и государства.
3. Пожар это горение, вышедшее из под контроля человека и приносящее материальный ущерб.

### **2. Вопрос: Поражающие факторы огня (пожара)?**

1. Высокая температура, световое излучение, плохая видимость из-за задымления.
2. Огонь, дым и разрушающее давление пламени. 3. Разрушение зданий и сооружений и паника, возникшая при обнаружении пожара. 4. Все варианты верны.

### **3. Вопрос: Назовите вторичные поражающие факторы, пожара.**

1. Поражения электрическим током, взрыв газа, разрушение зданий и сооружений.
2. Задымление помещений, нехватка кислорода, световое излучение. 3. Паника, хаотические действия людей на пожаре. 4. Значительный материальный ущерб.

### **4. Вопрос: Какова причина утечки бытового газа?**

1. Авария на газовой станции. 2. Погасшая или неисправная газовая горелка или повреждения газовой трубы. 3. Высокое давление в газовой трубе. 4. Неправильное использование прибора.

**5. Вопрос: Чем опасна утечка газа ?** 1. Неприятным запахом и порчей мебели. 2. Расходом газа. 3. Отравлением и возможным возникновением взрыва и пожара. 4. Ничем особенным - газ рассеется в воздухе.

**6. Вопрос: Что делать при обнаружении утечки газа в первую очередь?** 1. Если это возможно, закрыть вентиль подачи газа и открыть форточку. 2. Позвонить в газовую службу. 3. Покинуть квартиру, закрыв двери. 4. Зажечь спичку и сжечь скопившийся газ.

### **7. Вопрос: Можно ли пользоваться электроприборами, если обнаружится запах газа?**

1. Можно. 2. Нельзя, иначе может произойти взрыв газа. 3. Можно пользоваться только исправными электроприборами. 4. Это зависит от того сколько газа скопилось в помещении.

**8. Как следует себя вести, если есть с собой крупная сумма денег?** 1. деньги окружающим надо показывать только при необходимости; 2. не считать деньги на виду

у всех; 3. избегать мест большого скопления народа; 4. лучше держать деньги в наружных карманах, оттуда их легче достать при совершении покупки.

**9. Как необходимо вести себя, если возникла необходимость выйти из дома в тёмное время суток?** 1. двигаться по кратчайшему маршруту, чтобы быстрее преодолеть плохо освещённые и малолюдные места; 2. стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест; 3. на улицах держаться подальше от стен домов и подворотен; 4. держаться поближе к стенам домов.

**10. Как следует отнестись к предложению незнакомого водителя подвести на машине?** 1. согласиться и сесть в машину; 2. посоветоваться с друзьями; 3. согласиться, если водитель внушает доверие; 4. не принимать предложение.

**11. Как следует вести себя, если показалось, что кто-то преследует?**

1. остановиться и выяснить, что надо преследователю; 2. следует менять темп ходьбы; 3. перейти несколько раз на противоположную сторону улицы; 4. бежать к освещённому месту или к людям, которые могут помочь.

**12. Вопрос: Что такое ориентирование на местности?**

1. Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения. 2. Определение сторон горизонта, определение своего местонахождения на местности относительно местных предметов и выбор направления движения, относительно выбранных ориентиров. 3. Знать направление движения и карту местности. 4. Использование компаса и карты для определения своих координат

**13. Вопрос: Что такое компас ?**

1. Прибор для определения направления движения 2. Прибор для определения сторон горизонта  
3. Прибор для определения, использующий магнитное поле Земли. 4. Проградуированный прибор, делящий пространство на 360 делений и 4 стороны света.

**14. Наиболее удобная обувь в походе:**

1) резиновая обувь. 2) кроссовки. 3) туфли 4) спортивные тапочки

**15. В солнечный полдень тень указывает направление на:** 1) юг 2) север 3) запад 4) восток

**16. Мхи и лишайники чаще обрастают стволы деревьев со стороны:**

1) южной 2) северной 3) западной 4) восточной

**17. Где лучше развести костер зимой:** 1) под ветвями большого дерева 2) на открытом месте

3) в вырытой в снегу до земли яме 4) на утоптанном снегу

**18. Где лучше развести костер летом:** 1) под деревом 2) в траве 3) все равно где 4) на старом кострище

**19. Как защитить себя во время грозы от молнии:**

1) спрятаться под елью или другим густым деревом 2) найти сухое место в низине, вдали от высоких деревьев 3) в нише скалы, в пещере

**20. Что такое кровотечение?** 1. Истечение крови из поврежденного кровеносного сосуда. 2. Выход крови из организма. 3. Течение крови по кровеносным сосудам

**21. Назвать основные виды кровотечений по виду кровеносных сосудов.**

1. Артериальное, венозное, сердечное, сквозное 2. Капиллярное, венозное, наружное и внутреннее 3. Артериальное, венозное, капиллярное и смешанное.

**22. Назвать признаки артериального кровотечения:**

1. Кровь сочится из кровеносного сосуда. 2. Алая кровь фонтанирует из кровеносного сосуда 3. Темно-красная кровь, истекающая ровной струей

**23. Назовите виды кровотечений по области истечения**

1. Наружное и внутреннее. 2. Полостное и кожное. 3. Кровотечение внутренних органов .

**24. Назовите основные способы остановки сильных кровотечений:** 1. Наложение жгута и давящей повязки. 2. Наложение жгута, пальцевое прижатие кровеносного сосуда и максимальное сгибание конечности. 3. Давящая повязка, жгут и максимальное сгибание конечности.

**25. Назовите способы остановки небольших кровотечений:**

1. Наложение бинтовой повязки. 2. Наложение бинтовой повязки и наложение пластыря 3. Обработка раны

**26. Перечислить порядок оказания ПМП при небольших кровотечениях:**

1. Промыть рану, обработать рану антисептиком, наложить стерильную бинтовую повязку

2. Обработать рану спиртовым и йодным раствором.

3. Промыть рану, обработать антисептиком, по возможности извлечь из раны посторонние предметы и при необходимости наложить бинтовую повязку.

**27. Какую информацию необходимо зафиксировать при наложении жгута или закрутки?**

1. Информацию о группе крови и резус факторе пострадавшего. 2. Информацию о времени наложения жгута или закрутки 3. Информацию о характере повреждения и кровопотерях

**28. Наиболее частые в нашей местности ЧС природного характера:** 1) наводнения  
2) ураганы 3) землетрясения 4) смерчи

**29. Лучшая защита от смерча:**

1) подвал 2) под большим деревом 3) мост (под мостом) 4) автобусная остановка

**30. Где лучше всего находиться, если землетрясение застало вас в квартире:** 1) под кроватью 2) в дверном проеме 3) под столом 4) у окна

**31. Ваши действия, если на вас загорелась одежда:**

1) побежите и постараетесь сорвать одежду. 2) остановитесь и покатайтесь, сбивая пламя. 3) будете прыгать, сбивая пламя руками

**32. Сирена и прерывистые гудки предприятий означают сигнал оповещения:**

1) «Внимание всем!» 2) «Внимание! Опасность!» 3) «Тревога!»

**33. Если в школе раздаются три коротких звонка, то нужно:**

1) быстро эвакуироваться из школы. 2) ждать посыльного или дежурного администратора. 3) слушать сообщение через радиоузел

**34. Самый главный враг в любой ЧС (чрезвычайной ситуации):**

1) страх. 2) незнание курса ОБЖ. 3) неверие в свои силы. 4) паника

**35. Какой фактор пожара является наиболее опасным:**

1) дым. 2) угарный газ. 3) огонь. 4) сажа, копоть

**36. Эффективное средство индивидуальной защиты органов дыхания при пожаре:**

1) сухая ВМП. 2) ВМП, смоченная раствором аммиака.

3) ВМП, смоченная водой. 4) противогаз ГП-5 или ГП-7

**37. Признаки отравления угарным газом:** 1) потеря сознания. 2) судороги в руках и ногах. 3) чрезмерная весёлость. 4) сухость в горле

**38. Если при передвижении зимой по реке под ногами затрещал лёд, нужно:** 1)

большими прыжками двигаться вперед. 2) ползком двигаться к берегу. 3) бегом назад

**39. Что может означать темное пятно на льду ?** 1)здесь лед самый тонкий; 2)здесь лед самый толстый; 3)здесь нет течения реки; 4)здесь есть течение реки.

**40. Выбери подручные спасательные средства:** 1)жерди, лыжи, лыжные палки; 2)санитарные носилки, выдвижные лестницы; 3)шарф, ремень, веревка.

**41. Как следует передвигаться по льду спасателю?** 1)мелкими шагами и прыжками; 2)ползком с раскинутыми руками; 3)бегом; г)ложиться на доску, лыжи и другие предметы.

**42. Все средства, используемые для спасения утопающего, должны...** 1)быть надежно связаны веревкой с берегом; 2)быть окрашены в яркие цвета; 3)быть изготовлены из материалов, обладающих плавучестью.

**43. Если вы провалились под лед, то следует:** 1)широко раскинуть руки, навалиться спиной или грудью на лед и постараться вылезти на него самостоятельно; 2)нырнуть и в рывке выпрыгнуть на лед; 3)звать на помощь; 4)плыть подо-льдом к берегу.

**44. Выходить из зоны химического заражения следует с учетом направления ветра:** 1) по направлению ветра 2) перпендикулярно направлению ветра 3) навстречу потоку воздуха

**45. Запас продуктов при эвакуации должен быть в расчете на:**

- 1) 1 день            2) 2 дня            3) 3 дня            4) неделя

**В**