

«ПРИНЯТО»
Педагогическим советом
МАОУ «Многопрофильный лицей №11»
Советского района г. Казани
Протокол №1 от 31 августа 2021 года

Введено в действие приказом №1/2-о
От 31 августа 2021 года

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МАОУ «Многопрофильный лицей
№11»
Советского района г. Казани
/А.Н. Хамидуллин/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
По предмету “Основы безопасности жизнедеятельности”
для 5 – 9 классов

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ОБЖ»

Личностные результаты освоения основной образовательной программы

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.
3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).
6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в

- сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).
7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.
 8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).
 9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты освоения ООП

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- определять совместно с педагогом критерии оценки планируемых образовательных результатов;
- идентифицировать препятствия, возникающие при достижении собственных запланированных образовательных результатов;
- выдвигать версии преодоления препятствий, формулировать гипотезы, в отдельных случаях — прогнозировать конечный результат;
- ставить цель и формулировать задачи собственной образовательной деятельности с учетом выявленных затруднений и существующих возможностей;
- обосновывать выбранные подходы и средства, используемые для достижения образовательных результатов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действия в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (определять целевые ориентиры, формулировать адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (описывать жизненный цикл выполнения проекта, алгоритм проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде алгоритма решения практических задач;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- различать результаты и способы действий при достижении результатов;
- определять совместно с педагогом критерии достижения планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии достижения планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, анализируя и аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить необходимые и достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик/показателей результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками результата и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик результата;
- соотносить свои действия с целью обучения.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;

- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы о причинах ее успешности/эффективности или неуспешности/неэффективности, находить способы выхода из критической ситуации;
- принимать решение в учебной ситуации и оценивать возможные последствия принятого решения;
- определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции собственных психофизиологических/эмоциональных состояний.

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак или отличие двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство или отличия;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- различать/выделять явление из общего ряда других явлений;
- выделять причинно-следственные связи наблюдаемых явлений или событий, выявлять причины возникновения наблюдаемых явлений или событий;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом их общие признаки и различия;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности;
- выявлять и называть причины события, явления, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое и наоборот;

- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) с точки зрения решения проблемной ситуации, достижения поставленной цели и/или на основе заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, меняя его модальность (выражение отношения к содержанию текста, целевую установку речи), интерпретировать текст (художественный и нехудожественный — учебный, научно-популярный, информационный);
- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к окружающей среде, к собственной среде обитания;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ различных экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на другой фактор;
- распространять экологические знания и участвовать в практических мероприятиях по защите окружающей среды.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей, справочников, открытых источников информации и электронных поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и формировать корректные поисковые запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, базами знаний, справочниками;
- формировать множественную выборку из различных источников информации для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска с задачами и целями своей деятельности.

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество с педагогом и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи мнение (точку зрения), доказательства (аргументы);
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль;

- критически относиться к собственному мнению, уметь признавать ошибочность своего мнения (если оно ошибочно) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать эффективное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать и использовать речевые средства;
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные тексты различных типов с использованием необходимых речевых средств;
- использовать средства логической связи для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать вербальные и невербальные средства в соответствии с коммуникативной задачей;
- оценивать эффективность коммуникации после ее завершения.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее — ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- использовать для передачи своих мыслей естественные и формальные языки в соответствии с условиями коммуникации;
- оперировать данными при решении задачи;
- выбирать адекватные задаче инструменты и использовать компьютерные технологии для решения учебных задач, в том числе для: вычисления, написания писем, сочинений, докладов, рефератов, создания презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать цифровые ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Предметные результаты

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно использовать бытовые приборы;
 - безопасно использовать средства бытовой химии;
 - безопасно использовать средства коммуникации;
 - классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
 - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
 - безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
 - адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
 - безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
 - безопасно применять первичные средства пожаротушения;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства
- правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
 - использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
 - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
 - готовиться к туристическим походам;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
 - адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
 - добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
 - добывать и очищать воду в автономных условиях;
 - добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
 - подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
 - характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
 - предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
 - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
 - безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
 - характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
 - предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
 - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
 - безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
 - безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
 - комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
 - классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
 - классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма,

наркотизма;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
 - классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
 - классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
 - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
 - адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
 - оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
 - характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
 - классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
 - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
 - адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
 - безопасно использовать ресурсы интернета;
 - анализировать состояние своего здоровья;
 - определять состояния оказания неотложной помощи;
 - использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
 - классифицировать средства оказания первой помощи;
 - оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
 - извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
 - оказывать первую помощь при ушибах;
 - оказывать первую помощь при растяжениях;
 - оказывать первую помощь при вывихах;
 - оказывать первую помощь при переломах;
 - оказывать первую помощь при ожогах;
 - оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
 - оказывать первую помощь при отравлениях;
 - оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
 - оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Выпускник получит возможность научиться:

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
 - *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- людей;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
 - *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*
 - *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления*
- людей;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*
 - *безопасно вести и применять права покупателя;*
 - *анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*
 - *предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую*

и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;

- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание по учебному предмету «ОБЖ»

8 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности(14 часов)

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (10 часов).

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (3 часа)

Основы здорового образа жизни.

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Профилактика вредных привычек и их факторов.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 часов)

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс			
Разделы	Количество часов	В том числе	
		Теория	Практика
1. Основы комплексной безопасности	14	10	4
Человек и окружающая среда	1	1	
Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.	1	1	
Предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве.	1	1	
Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.	1	1	
Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания	1	1	
Элементарные способы самозащиты.	1		1
Безопасность на дорогах.	1	1	
Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста.	1		1
Пожар его причины и последствия	1	1	
Правила поведения при пожаре.	1	1	
Водоемы. Правила поведения у воды	1	1	
Оказания помощи на воде.	1		1
Правила поведения в автономных условиях.	1	1	
Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.	1		1
Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	10	9	1
Землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины	1	1	
Ураганы, бури, смерчи, сильный дождь ливень, крупный град, гроза.	1	1	
Сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы	1	1	
Наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары	1	1	
Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	1	1	
Аварии на радиационно-опасных, химически опасных объектах	1		1

Аварии на пожароопасных и взрывоопасных объектах	1	1	
Аварии на объектах экономики, транспорте	1	1	
Аварии на гидротехнических сооружениях	1	1	
Средства коллективной защиты и правила пользования ими	1		1
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	3	3	0
Основы здорового образа жизни	1	1	
Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	1	1	
Профилактика вредных привычек и их факторов	1	1	
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	8		
Основы оказания первой помощи.	1		1
Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	1		1
Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах.	1		1
Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении.	1		1
Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Правильное использование домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки	1		1
Первая помощь при коме. Первая медицинская помощь при отравлениях.	1		1
Промежуточная аттестация.	1		1
Анализ промежуточной аттестации.	1	1	
Всего	35	22	13

**Контрольно-измерительные материалы
для проведения промежуточной аттестации
по «ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
за курс 8 класса**

Цели: проверить усвоение учебного материала по ОБЖ за курс 8 класса; выявить пробелы в усвоении программного материала.

Регулятивные УУД:

Контролировать и оценивать свои действия

Вносить необходимые дополнения, исправления в свою работу

Познавательные УУД:

Применять полученные знания при решении поставленной задачи

Коммуникативные УУД:

Развивать чувство доброжелательного отношения к окружающим.

Личностные УУД

Формирование мотивации к учебной деятельности

Тема: «Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре».

Вариант 1

1. Что такое пожар?

- а)химическая реакция окисления, сопровождающаяся свечением и выделением большого количества тепла;
- б)неконтролируемое, стихийно развивающееся горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью людей;
- в)частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительного количества тепла и света;
- г)возгорание легковоспламеняющихся материалов.

2. Какие виды возгорания запрещено тушить водопенным огнетушителем?

- а)мусор, бумагу, деревянные строения;
- б)бензин, керосин;
- в)электропровода, электроустановки;
- г)мазут, солярку, растворитель.

3. В результате пожара на лестничной площадке загорелась входная дверь в вашу квартиру. Огонь отрезал путь к выходу. Что вы будете делать?

- а)уйдёте в дальнюю комнату, плотно закрыв входную дверь мокрым одеялом;
- б)попытаетесь выломать дверь и выскочить на лестничную площадку;
- в)начнёте кричать и звать на помощь соседей;
- г)спрячетесь в ванной комнате.

4. Находясь в кабине движущегося лифта, вы обнаружили признаки возгорания. Как вы поступите?

- а)немедленно нажмёте кнопку «Стоп»;
- б)немедленно нажмёте кнопку «Вызов» и сообщите об этом диспетчеру, выйдете из лифта на ближайшем этаже;
- в)поднимете крик, шум, начнёте звать на помощь;
- г)сядете на пол кабины лифта, где меньше дыма.

5. Совместно с родителями вам удалось ликвидировать пожар в квартире. Нужно ли после этого вызывать пожарную команду?

- а)нужно;
- б)не нужно;
- в)нужно, но только в случае повторного возгорания;
- г)нужно сообщить в пожарную часть о пожаре.

Ответы

- 1 - б
- 2 - в
- 3 - а
- 4 - б
- 5 -а

Тема: «Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре».

Вариант 2

1.С помощью огнетушителя вы пытаетесь погасить горящую поверхность. Куда надо направить гасящее вещество?

- а).равномерно на всю горящую поверхность;
- б).на наиболее интенсивно горящий участок поверхности;
- в).на пламя;
- г)на то место, где больше дыма.

2Что делать, если воспламенилось масло на сковороде?

- а).закрыть сковородку крышкой;
- б).залить водой;
- в).засыпать песком, можно солью;
- г)вылить масло в раковину.

3.Находясь дома, вы почувствовали запах горящей электропроводки.

Что надо сделать в первую очередь?

- а).приступить к её тушению водой, песком;
- б).обесточить электропроводку в квартире;
- в).включить фонарик, чтобы лучше рассмотреть место, где загорелась электропроводка;
- г)извлечь из электрических розеток все вилки.

4.Пожар распространяется на мебель и другие предметы, а квартира начинает наполняться дымом. Как вы поступите?

- а).спрячетесь в самой дальней комнате от места возгорания;
- б).будете пытаться тушить разгоревшийся пожар;
- в).соберёте все ценные вещи и покинете квартиру;
- г)как можно быстрее покинете квартиру, закрыв нос и рот влажной тканью.

5Какое действие будет неправильным при невозможности покинуть квартиру при пожаре в многоквартирном доме?

- а).позвонить в пожарную часть;
- б).создать запас воды в ванне;
- в).открыть окна для проветривания квартиры;
- г).заткнуть щели в дверях мокрыми тряпками.

Ответы

- 1 - б
- 2 - а
- 3 - б
- 4 - г
- 5 - в

Тема: «Безопасность на дорогах».

Вариант 1

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.Обязательно ли на мопеде днём включать фару?

- 1) да;
- 2) нет;
- 3) да, если едете на мопеде вдвоём;
- 4) только когда выезжаете на проезжую часть.

3.Запрещается ли перевозка детей на велосипеде?

- 1) да;
- 2) нет;
- 3) да, если ему больше 7 лет;
- 4) да, если ему больше 10 лет.

4.Вам ещё не исполнилось 14 лет. Можно ли учиться ездить на велосипеде во дворе?

- 1) нет;
- 2) да, под надзором друзей;
- 3) да;
- 4) да, но только в присутствии взрослых.

5.Что не относится к правилам безопасного поведения в транспорте?

- 1) не садиться на первые шесть мест;
- 2) не садиться в транспорт до полной остановки;
- 3) не выходить из транспорта до полной остановки;
- 4) не кричать в салоне.

Ответы

- 1 - 4
- 2 - 1
- 3 - 2
- 4 - 3
- 5 - 1

Тема: «Безопасность на дорогах».

Вариант 2

1.О чём предупреждает жёлтый мигающий сигнал светофора?

- а) впереди нерегулируемый перекрёсток;
- б) о смене сигнала;
- в) впереди регулируемый переход;
- г) впереди главная дорога.

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

- а) не моложе 14 лет;
- б) не моложе 15 лет;
- в) не моложе 16 лет;
- г) не моложе 18 лет.

3.По какой стороне улицы вы будете двигаться, ведя неисправный велосипед?

- а) против движения транспорта;
- б) по правой стороне дороги;
- в) в попутном направлении движения транспорта;
- г) по левой стороне проезжей части.

4.Можете ли вы выехать на автомагистраль на велосипеде?

- а) да;
- б) нет;
- в) да, если скорость вашего движения будет больше 40 км/ч;

г) да, если вы едете вдвоём с товарищем на велосипедах.

5.Какое расстояние должно быть между группами велосипедистов в колонне?

- а) 50-60 метров;
- б) 70-80 метров;
- в) 30-50 метров;
- г) 80-100 метров.

Ответы

- 1 - а
- 2 - б
- 3 - в
- 4 - б
- 5 - г

Тема: «Экология и безопасность».

Вариант 1

1.Какое из приведённых ниже определений современной экологии вы считаете правильным?

- а) раздел биологии, который изучает живые системы планеты в их взаимодействии;
- б) наука, которая изучает роль человеческого общества в биосфере;
- в).наука, которая изучает строение, функционирование и взаимосвязи экосистем всех уровней, а также методы и пути сохранения биосферы и цивилизации;
- г) наука о современных методах охраны и воспроизведения окружающей среды.

2.Что такое ноосфера?

- а) сфера отношений человека и окружающей среды;
- б) сфера интеллектуальной деятельности человека;
- в) высшая стадия развития биосферы («сфера ума»), в которой умная человеческая деятельность становится главным фактором развития;
- г) стадия перехода к окончательному покорению природы человеком.

3.Что вы считаете главной причиной развития глобального экологического кризиса?

- а) отрицательные климатические изменения на планете под влиянием космических сил;
- б) демографический взрыв, технический прогресс и истощение природных ресурсов;
- в) вырубка тропических лесов планеты;
- г) низкую экологическую культуру человека с его стремлением властвовать над природой.

4.Какое определение экологического ущерба является более полным?

- а) затраты предприятия на охрану природы;
- б) потери общества в связи с загрязнением окружающей среды и необходимостью затрат на её восстановление, компенсацией за ухудшение здоровья людей, природных ресурсов и т. п.;
- в) потери от снижения трудоспособности вследствие ухудшения экологических условий работы и проживания;

г) потери от экологических техногенных катастроф.

5. Назовите чрезвычайную ситуацию экологического характера, связанную с изменением атмосферы.

- а) деградация, засоление, заболачивание почв;
- б) истощение водных ресурсов, резкая нехватка питьевой воды;
- в) опасные концентрации вредных веществ в атмосфере;
- г) гибель растительности на большой территории.

Ответы

- 1 - в
- 2 - в
- 3 - б
- 4 - б
- 5 - в

Тема: «Экология и безопасность».

Вариант 2

1. Что такое биосфера?

- 1) Оболочка земли, населённая живыми существами и преобразованная ими.
- 2) Верхняя твёрдая оболочка земли.
- 3) Искусственная среда обитания.
- 4) Газообразная оболочка земли, состоящая из смеси многих газов и пыли.

2. Назовите чрезвычайную ситуацию экологического характера, связанную с изменением состояния биосферы.

- 1) Нарушение хозяйственной деятельности и экологического равновесия вследствие загрязнения морей и океанов.
- 2) Наличие тяжёлых металлов, радионуклидов и других вредных веществ в почве.
- 3) Кислотные осадки.
- 4) Исчезновение некоторых видов животных, растений, чувствительных к изменению условий среды обитания.

3. Какие последствия может вызвать химическое загрязнение окружающей среды в небольших концентрациях у человека?

- 1) Расстройство желудка, плохое настроение.
- 2) Ухудшение зрения, боль в суставах, нарушение координации движения.
- 3) Ухудшение аппетита, нарушение сна.
- 4) Головокружение, тошноту, першение в горле, кашель.

4. К каким видам природных ресурсов относятся Мировой океан, атмосферный воздух, Антарктида, Северный полюс?

- 1) К исчерпаемым.
- 2) К международным.
- 3) К местным.
- 4) К общегосударственным.

5. Какой экологический документ не имеет юридической силы, но является основой для принятия законодательных актов, научно-обоснованных программ по спасению редких видов растений и животных, воспитания и пропаганды бережного отношения к природе?

- 1) Красная книга.
- 2) Всемирная хартия природы.
- 3) Экологическая энциклопедия.

4) Зоологическая энциклопедия.

Ответы

1 - 1

2 - 4

3 - 4

4 - 2

5 - 1

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях геологического характера».

Вариант 1

1.Что такое землетрясение?

- 1) Подземные удары и колебания поверхности Земли.
- 2) Область возникновения подземного удара.
- 3) Проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.
- 4) Колебания земной коры.

2.Чувствительный прибор, который улавливает и регистрирует подземные толчки, отмечая их силу, направление и продолжительность, называется:

- 1) тектограф;
- 2) сейсмограф;
- 3) рихтограф;
- 4) гигрограф.

3.Укажите место наибольшего проявления землетрясения.

- 1) Очаг землетрясения.
- 2) Эпицентр землетрясения.
- 3) Язык землетрясения.
- 4) Средние слои земной поверхности.

4.Основными причинами землетрясений являются:

- 1) волновые колебания в скальных породах;
- 2) строительство крупных водохранилищ в зонах тектонических разломов;
- 3) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трётся о другой;
- 4) вулканические проявления в земной коре.

5.Как вы будете покидать многоэтажное здание после того, как стихнут толчки землетрясения?

- 1) На лифте.
- 2) По водосточной трубе.
- 3) По верёвочной лестнице.
- 4) По лестнице.

Ответы

1 - 1

2 - 2

3 - 2

4 - 3

5 - 4

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях геологического характера».

Вариант 2

1.Какие вы предпримете действия, если в результате землетрясения окажетесь погребённым под обломками?

- а) Надо кричать, звать на помощь, постараться привлечь к себе внимание.
- б) Надо побороть в себе страх, отбросить грустные мысли, верить, что помощь обязательно придёт;
- в) По возможности определить состояние здоровья и с помощью подручного предмета подать сигнал.
- г) Надо смириться с судьбой и читать молитву.

2.Укажите районы, где особенно часто возникают землетрясения.

- а) Центральные районы.
- б) Сейсмически активные районы.
- в) Вулканические районы.
- г) Горные районы страны.

3.Шкала Рихтера имеет значения:

- а) от 1 до 9 баллов;
- б) от 1 до 12 баллов;
- в) от 0 до 10 баллов;
- г) от 0 до 8 баллов.

4.Укажите место, где происходит сдвиг горных пород.

- а) Эпицентр землетрясения.
- б) Очаг землетрясения.
- в) Жерло вулкана.
- г) Зона землетрясения.

5.Как действовать, если толчки землетрясения неожиданно застали вас в многоэтажном жилом здании?

- а) Необходимо спрятаться в ванной.
- б) Нужно быстрее выйти на улицу, так как возможны повторные подземные толчки.
- в) Спрятаться в бельевом шкафу или под столом.
- г) Следует переждать в квартире, стоя в дверном или балконном проёме, распахнув двери.

Ответы

- 1 - в
- 2 - в
- 3 - б
- 4 - б
- 5 - г

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация и причины ЧС техногенного характера».

Вариант 1

1.Производственные аварии и катастрофы относятся к:

- а) ЧС техногенного характера;

- б) ЧС экологического характера;
- в) ЧС природного характера;
- г) стихийным бедствиям.

2.Авария – это чрезвычайная ситуация,

- а) связанная с угрозой выброса опасного вещества;
- б) возникшая по техническим причинам, а также из-за случайных внешних воздействий на промышленном предприятии;
- в) повлёкшая за собой человеческие жертвы, ущерб;
- г) возникшая по причине воздействия молнии.

3.Чем отличается катастрофа от аварии?

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

4.По масштабу распространения чрезвычайные ситуации классифицируются на:

- а) локальные, местные, муниципальные;
- б) межмуниципальные, региональные, межрегиональные;
- в) региональные, межрегиональные, федеральные;
- г) локальные, муниципальные, межмуниципальные, региональные, межрегиональные, федеральные.

5.Укажите наиболее опасные последствия аварий и катастроф.

- а) Селевые потоки, оползни.
- б) Ураганы, бури, смерчи.
- в) Взрывы, пожары, затопления, заражение окружающей среды ядовитыми и радиоактивными веществами.
- г) Эпидемии, эпифитотии.

Ответы

- 1 - а
- 2 - б
- 3 - в
- 4 - г
- 5 - а

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация и причины ЧС техногенного характера».

Вариант 2

1.Чрезвычайные ситуации техногенного характера – это:

- 1) эпидемии;
- 2) внезапное обрушение зданий и сооружений, аварии на очистных сооружениях;
- 3) землетрясения;
- 4) моретрясения.

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

- 1) аварийный объект;
- 1) потенциально опасный объект;

- 2) катастрофически опасный объект;
- 3) опасный объект.

3.Основная причина, вызывающая аварии и катастрофы техногенного характера, - это:

- 1) нарушение технологии производства, правил техники безопасности;
- 2) ошибки в проектировании, некачественное проведение строительно-монтажных работ;
- 3) нарушение установленного порядка поведения, форм обслуживания;
- 4) нарушение отдельных моментов, стадий в развитии какого-нибудь процесса.

4.Как называется система, созданная в Российской Федерации для борьбы с чрезвычайными ситуациями?

- 1) Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды.
- 2) Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций – РС ЧС.
- 3) Система сил и средств для ликвидации чрезвычайных ситуаций.
- 4) Система подготовки спасателей.

5.Опасное происшествие на предприятии или на транспорте, создающее угрозу жизни и здоровью людей, приводящее к ущербу в производстве или в окружающей среде, - это:

- 1) чрезвычайная ситуация;
- 2) чрезвычайное положение;
- 3) авария;
- 4) происшествие.

Ответы

- 1 - 2
- 2 - 2
- 3 - 1
- 4 - 2
- 5 - 1

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Аварии на радиационно и химически опасных объектах».

Вариант 1

1.Какие из перечисленных объектов относятся к химически опасным?

- а) Гидроэлектростанции.
- б) Объекты цветной металлургии.
- в) Объекты химической и нефтехимической промышленности.
- г) Атомные электростанции.

2.Химическое вещество, применяемое в промышленности, которое при проливе или выбросе может привести к заражению воздуха с поражающими концентрациями, называется:

- а) химически опасное вещество;
- б) ядовитое вещество;
- в) аварийно химически опасное вещество;
- г) опасное вещество.

3. Как нужно действовать при аварии на химическом предприятии, если отсутствуют индивидуальные средства защиты, возможность укрытия и выхода из зоны аварии?

- а) Включить радио, отойти от окон и дверей и загерметизировать жилище.
- б) Включить радио и прослушать информацию, закрыть окна и двери, входные двери завесить плотной тканью и загерметизировать жилище.
- в) Включить радио, перенести ценные вещи в подвал или отдельную комнату и подавать сигналы о помощи.
- г) Включить телевизор, сообщить родственникам, попросить их принести противогазы или респираторы.

4. Выберите верное направление выхода из зоны химического заражения.

- а) Перпендикулярно направлению ветра.
- б) По направлению ветра.
- в) Навстречу потоку ветра.
- г) Подождать, когда порывы ветра стихнут.

5. Что необходимо прежде всего сделать, прибыв на место размещения в случае эвакуации из зоны аварии с выбросом химически опасных веществ?

- а) Снять верхнюю одежду, принять душ с мылом, промыть глаза и прополоскать рот, немедленно зарегистрироваться, после регистрации надеть обработанную одежду.
- б) Вытереть ботинки, пройти в здание и умыться, помочь эвакуируемым разместиться на сборном эвакуационном пункте.
- в) Пройти на пункт питания, исключить какие-либо физические нагрузки и лечь отдыхать.
- г) Сообщить по мобильному телефону родственникам о месте расположения, сдать одежду на специальную обработку.

Ответы

- 1 - а
- 2 - в
- 3 - б
- 4 - а
- 5 - а

Тема: «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Аварии на радиационно и химически опасных объектах».

Вариант 2

1. При аварии на химически опасном объекте произошла утечка хлора. Вы можете оказаться в зоне заражения, живёте на 1-м этаже девятиэтажного дома. Как вы поступите?

- 1) Укроетесь в подвале здания.
- 2) Подниметесь на верхний этаж.
- 3) Останетесь в своей квартире.
- 4) Будете ждать сообщения по телевидению.

2.Отравление каким сильнодействующим ядовитым веществом произошло, если имеются следующие признаки: ощущение удушья, кашель, раздражение кожи, слезотечение, резь в глазах, насморк, боли в желудке, нарушение координации?

- 1) Аммиаком.
- 2) Фосгеном.
- 3) Хлором.
- 4) Сероводородом.

3.Каким раствором надо смочить ватно-марлевую повязку при аварии с утечкой хлора?

- 1) 5%-ным раствором лимонной кислоты.
- 2) 2%-ным раствором нашатырного спирта.
- 3) 2%-ным раствором соды.
- 4) 2%-ным раствором уксусной кислоты.

4.При отравлении каким аварийно химически опасным веществом через 8-24 часа появляются головная боль, слабость, болезненность дёсен и глотания, высокая температура тела, боль в животе, в тяжёлых случаях – дрожание рук, языка и век, характерный признак – синеватая кайма на дёснах?

- 1) Ртуть.
- 2) Хлор.
- 3) Сероводород.
- 4) Аммиак.

5.Можно ли есть яблоки, собранные в зоне радиоактивного заражения?

- 1) Можно только в компоте.
- 2) Можно, только обрезав кожуру и сердцевину.
- 3) Только в виде пастеризованного сока.
- 4) Нельзя.

Ответы

- 1 - 2
- 2 - 1
- 3 - 3
- 4 - 1
- 5 - 4

Тема: «Здоровый образ жизни и его составляющие».

Вариант 1

1. Назовите основное(-ые) физическое(-ие) качество(-а) личности человека.

- 1) Способность поднять большой вес.
- 2) Способность передвинуть тяжёлый груз с места на место.
- 3) Сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость.
- 4) Крепкая костно-мышечная система.

2. К какой группе относятся здоровые люди, физическое и психическое развитие которых соответствует возрасту, они не имеют хронических заболеваний, редко болеют?

- 1) К 4-й группе.
- 2) К 2-й группе.
- 3) К 3-й группе.
- 4) К 1-й группе.

3. На здоровый образ жизни человека оказывает негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите фактор риска естественной природной среды.

- 1) Солнечная активность.
- 2) Изменение микроклимата.
- 3) Возрастание напряжённости электромагнитного поля Земли.
- 4) Нарушение температурного режима.

4. Дайте определение, что такое гигиена.

- 1) Это наука, изучающая условия, необходимые для сохранения и укрепления здоровья.
- 2) Это регулярное принятие душа, мытьё рук и ног.
- 3) Это способность человека не допускать возникновения инфекционных заболеваний.
- 4) Это поддержание чистоты и порядка в квартире.

5. Как вы понимаете, что такое духовное здоровье?

- 1) Знание культуры и искусства.
- 2) Начитанность и образованность человека.
- 3) Состояние системы мышления и мировоззрения.
- 4) Умение воспринимать красоту окружающего мира.

Ответы

- 1 - 3
- 2 - 4
- 3 - 4
- 4 - 1
- 5 - 3

Тема: «Здоровый образ жизни и его составляющие».

Вариант 2

1. Перечислите основные составляющие тренированности организма человека.

- а) Сердечно-дыхательная выносливость.
- б.) Сердечная сила и дыхательная выносливость.
- в) Мышечная сила и выносливость.

г) Скоростные качества и гибкость.

2.Какие из представленных ниже последствий курения наиболее часто встречаются?

а) Опухоли.

б) Поражения лёгких.

в) Сердечно-сосудистые заболевания.

г) Поражение мозга.

3.К признакам злоупотребления алкоголем или наркотическими веществами относится:

а).использование дешёвых заменителей алкоголя и токсических веществ;

б) употребление больших доз алкоголя и наркотиков;

в) использование наркотических препаратов при любых обстоятельствах;

г) использование веществ или медикаментов не по назначению.

4.Система ценностей и мотивов поведения человека в его взаимоотношениях с внешним миром, проявляющихся в признании общечеловеческих духовных ценностей, деятельностным отношением к миру, активной жизненной позицией, определяется как компонент здоровья:

а)общий;

б)психологический;

в)социальный;

г)духовный.

5.На протяжении суток состояние организма и его работоспособность подвергаются чётким ритмическим колебаниям, которые называются:

а) биологическими;

б) процессом отдыха;

в) режимом труда;

г) работоспособностью.

Ответы

1 - в

2 - в

3 - б

4 - г

5 - а

Тема: «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».

Вариант 1

1.Опасное для жизни состояние, которое возникает при воздействии на тело человека повышенной температуры, в условиях повышенной влажности, обезвоживания и нарушения процесса терморегуляции организма – это:

1) термический ожог;

2) солнечный удар;

3) тепловой удар;

4) обморок.

2.Как нужно накладывать шину при переломах?

1) Выше и ниже перелома, чтобы рана осталась стерильна.

- 2) На место перелома.
- 3) Выше перелома, закрывая рану.
- 4) Ниже перелома.

3. Что никогда не следует делать при открытых переломах?

- 1) Попытаться вернуть исходное положение кости.
- 2) Накладывать жгут или повязку.
- 3) Давать пострадавшему есть и пить.
- 4) Обмывать рану.

4. Как проводят транспортировку пострадавшего при утоплении (если у него нет развития отёка лёгких)?

- 1) На носилках – положение тела горизонтальное с поднятым головным концом.
- 2) На носилках – на живот или на бок с опущенной головой.
- 3) На носилках – на спине с повернутой набок головой.
- 4) Пострадавший передвигается сам с помощью медработника.

5. Что представляет собой первая медицинская помощь?

- 1) Срочный вызов скорой помощи к месту происшествия.
- 2) Экстренное наложение жгута или закрутки на повреждённое место.
- 3) Проведение искусственной вентиляции лёгких.
- 4) Комплекс срочных медицинских мер по оказанию помощи пострадавшему или внезапно заболевшему на месте.

Ответы

- 1 - 3
- 2 - 1
- 3 - 1
- 4 - 3
- 5 - 4

Тема: «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».

Вариант 2

1. Что следует сделать в первую очередь при попадании ядовитого вещества в желудок?

- а) Дать пострадавшему выпить молока.
- б) Дать пострадавшему рвотное средство.
- в) Выпить 2 стакана минеральной воды.
- г) Сделать пострадавшему промывание желудка.

2. Какое из кровотечений является самым опасным?

- а) Капиллярное.
- б) Внутреннее.
- в) Венозное.
- г) Артериальное.

3. Для остановки венозного кровотечения необходимо:

- а) наложить на кровоточащий участок марлю;
- б) наложить на кровоточащий участок жгут;
- в) наложить на кровоточащий участок давящую повязку;
- г) закрыть рану ватно-марлевой салфеткой.

4. При кровотечении из конечностей жгут накладывается:

- а) выше раны;
- б) на рану;

в) ниже раны;

г) не имеет значения, выше или ниже.

5.Максимальное время наложения жгута в летнее время не должно превышать:

а) 1,5 часов;

б) 2-х часов;

в) 1 часа;

г) 30 минут.

Ответы

1 - г

2 – б

3 - в

4 - а

5 – б

Устный ответ

Оценка «5» ставится, если учащийся:

- полностью усвоил учебный материал;
- умеет изложить учебный материал своими словами;
- самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Оценка «4» ставится, если учащийся:

- в основном усвоил учебный материал;
- допускает незначительные ошибки при его изложении своими словами;
- подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Оценка «3» ставится, если учащийся:

- не усвоил существенную часть учебного материала;
- допускает значительные ошибки при его изложении своими словами;
- затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами;
- слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Оценка «2» ставится, если учащийся:

- почти не усвоил учебный материал;
- не может изложить учебный материал своими словами;
- не может подтвердить ответ конкретными примерами;
- не отвечает на большую часть дополнительных вопросов учителя.

Оценка практических работ

Отметка «5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам — бережное, экономное.

Отметка «4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технологической дисциплины, правила техники безопасности.

Отметка «3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технологической дисциплины, организации рабочего места.

Отметка «2» ставится, если самостоятельность в работе отсутствовала, допущены грубые нарушения правил трудовой и технологической дисциплины, правил техники безопасности, которые повторялись после замечаний учителя.