Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Парфеньевская средняя общеобразвательная школа»

Парфеньевского муниципального района Костромской области

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласовано  Пр. заседания ШМО  № 1 от 29.08.2012 г.  Руководитель ШМО | Согласовано  29.08.2012 г.  Заместитель директора по УВР  Зайцева М. Е. | Утверждаю  Приказ № 135  От 30.08 2012 г.  Директор школы  Магомеднабиева Е. Г. |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Период обучения 5-9 классы**

**2012 год**

**Оглавление**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Пояснительная записка | 3 |
| 2. | Общая характеристика учебного предмета | 5 |
| 3. | Место учебного предмета в учебном плане | 5 |
| 4. | Требования к результатам обучения и освоения учебного предмета | 6 |
| 5  6. | Содержание учебного предмета  Тематическое планирование. | 7 |
| 7. | Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение  образовательного процесс. | 16 |
| 8. | Контрольно-оценочные средства (Приложение ) | 20 |
|  |  |  |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

документами для составления рабочей программы учебного курса являются:

* Федеральный компонент государственного образовательного стандарта, утвержденный Приказом Минобразования РФ от 05 03 2004 года № 1089;
* Комплексная программа «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» для общеобразовательных учреждений, созданная на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта второго поколения;
* Базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденный приказом Минобразования РФ № 1312 от 09. 03. 2004.
* Федеральный перечень учебников, утвержденных приказом Министерства образования и науки Российской Федерации, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования;
* Требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного образовательного стандарта.
* Образовательная программа МКОУ «Парфеньевская СОШ»

События, происходящие в нашей стране в последнее время, увеличение частоты проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций со­циального характера, низкий уровень профессиональной подготовки специалистов, отсутствие навыков правильного поведения в повседневной жизни, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях пагубно отразились на состоянии здоровья и жизни людей. Поэтому обучение уча­щихся общеобразовательных учреждений безопасному поведению стало одним из приоритетных направлений в деятельности образовательных учреждений. В этой связи возрастает роль и ответ­ственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к об­ласти безопасности жизнедеятельности.

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жиз­недеятельности» предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в обра­зовательных учреждениях с учетом перспектив развития содержания образования в области безопасности жизнедеятельности и соответствуют Государственному стандарту общего образо­вания.

В данной рабочей программе реализованы требования федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне» и постановлений Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года № 43 «О федеральной целевой программе «Создание и развитие Российской системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях» и от 24 июля 1995 года ФЗ № 738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций».

**Цели основного общего образования:**

1. Формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;
2. Приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
3. Подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.

**Общие цели изучения ОБЖ признаны способствовать**:

* Повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивают существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства).
* Снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.
* Формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.
* Обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

**Общими задачами выступают:**

- вооружение будущих граждан психологическими и педагогическими знаниями в объеме, обеспечивающем понимание ими проблем личной, общественной и государственной безопасности в жизни и способов личной подготовки к их решению;

- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и педагогической ориентированности (установки) на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей и преодолении их трудностей;

- повышение уровня своих знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в успешном преодолении трудностей, веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;

- формирование привычек, навыков, умений, обеспечивающих успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни;

- формирование установок на совместные, согласованные действия при попадании в опасные ситуации в составе группы, а также навыков и умений совместных действий и оказания само- и взаимопомощи;

- совершенствование правового, нравственного, эстетического, экономического и экологического понимания задач безопасности жизнедеятельности; формирование взглядов, убеждений, идеалов жизненной позиции, согласующихся с Декларацией прав человека и Концепцией национальной безопасности Российской Федерации.

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

* Формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
* Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

Воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

**Общая характеристика учебного предмета.**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) для 5-9 классов разработана на основе федерального компонента Государственного стандарта по ОБЖ и в соответствии с Конституцией Российской Федерации и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности. Программа предусматривает переход на новый Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. При разработке данной рабочей программы были учтены требования, отраженные в Концепции государственных стандартов образования второго поколения и разработана на основе учебной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных учебных заведений Российской Федерации, примерной программы среднего (полного) общего образования и в соответствии с учебниками «Основы безопасности жизнедеятельности».В организации образовательного процесса по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», учитывая специфику, поставленные цели и задачи, содержание конкретного учебного материала целесообразно применять **формы и методы**, предложенные академиком Ю.К. Бабанским, в которой выделены три большие группы методов:

* методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности;
* методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности;
* методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности.

Первая группа включает следующие методы:

* персептивные (передача и восприятие учебной информации посредством чувств);
* словесные (лекция, рассказ, беседа и др.);
* наглядные (демонстрация, иллюстрация и др.);
* практические (опыты, упражнения, выполнение заданий);
* логические, т. е. организация и осуществление логических операций (индуктивные, дедуктивные, аналогии и др.);
* гностические (исследовательские, проблемно-поисковые, репродуктивные);
* самоуправление учебными действиями (самостоятельная работа с книгой, приборами и пр.).

Ко второй группе методов стимулирования и мотивации учения относятся:

* методы формирования интереса к учению (познавательные игры, учебные дискуссии, создание проблемных ситуаций и др.);
* методы формирования долга и ответственности в учении (поощрение, одобрение, порицание и др.).

К третьей группе отнесены различные методы устной, письменной и машинной проверки знаний, умений и навыков, а также методы самоконтроля за эффективностью собственной учебно-познавательной деятельностью.

**Место предмета в учебном плане**

Для реализации программы учебным планом МКОУ Парфеньевская СОШ . предусмотрено, по 1 ч учебного времени в неделю в 5,8 классах. 5 класс-34часов, 6 класс-17 часов, 7 класс-17 часов, 8 класс-34 часа, 9 класс- 17 часов

Продолжением программы во внеурочное время является участие школьников во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», в работе различных кружков, секций и клубов.

**Требования к уровню подготовки учащихся 5-9 классов**  
 В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 5-9 классах учащийся должен **знать**:

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

Учащийся должен **уметь**:

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

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

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

**Основные разделы курса ОБЖ 5-9 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Раздел* | ***класс*** | | | | | *Всего* |
| **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
| 1 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 28 |  |  |  |  | 28 |
| 2 | Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.ЗОЖ | 2 | 3 | 3 | 9 | 5 | 19 |
| 3 | Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях |  | 14 |  |  |  | 14 |
| 4 | Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека |  |  | 14 |  |  | 14 |
| 5 | Основные чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека |  |  |  | 25 |  | 25 |
| 6 | Основы безопасности ,личности,общества и государства |  |  |  |  | 7 | 7 |
| 7 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций |  |  |  |  | 5 | 5 |
|  | **ИТОГО** | **34** | **17** | **17** | **34** | **17** | **119** |

**Содержание учебного предмета.**

|  |  |
| --- | --- |
| Тематическая линия | Содержание |
| **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ** | |
| Основы здорового образа жизни | **Факторы, укрепляющие здоровье.** Личная гигиена и здоровье. Основные понятия о личной гигиене. Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Гигиена и культура питания. Режим труда и отдыха. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Физическая культура и закаливание. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма. Психологическая уравновешенность, ее значение для здоровья человека. Достижение эмоционального благополучия. **Факторы, разрушающие здоровье.** Профилактика вредных привычек. Профилактика табакокурения. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье учащихся. Профилактика наркомании и токсикомании. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). |
| Безопасность в бытовой (городской) среде | **Безопасность в населенном пункте.** Особенности города как среды обитания человека. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности. Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения, коммунальные и другие службы). Правила вызова служб безопасности.  **Безопасное участие в дорожном движении.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Правила движения пешеходов по улицам и дорогам. Правила перехода проезжей части. Правила движения колонны, пешеходов и групп детей. Правила безопасного поведения велосипедиста на улицах и дорогах.  **Безопасность на транспорте.** Причины возникновения дорожно-транспортных происшествий. Основные правила безопасности на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения на метрополитене. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.  **Безопасность в быту.** Источники опасности в быту и их характеристика. Правила безопасного поведения при пользовании бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа. Правила безопасного поведения при обращении с электрическими приборами. Затопление жилища. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Правила безопасного поведения при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. Правила безопасного поведения с животными в городе. |
| Пожарная безопасность и правила поведения при пожаре | Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Причины возникновения пожаров и их последствия. Классификация и характеристика пожаров, их причины и последствия. Условия процесса горения. Группы возгораемости веществ и материалов. Стадии развития пожара. Условия, способствующие распространению пожаров. Правила пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме. Способы эвакуации из горящего здания. Пожары и паника. Правила безопасного поведения при панике во время пожара. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. |
| Безопасность в природной среде | **Безопасность при вынужденном автономном существовании.**  Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Определение направление выхода. Способы ориентирования на местности. Правила оборудования временного жилища. Правила и способы добывания огня. Правила обеспечения водой и питанием. Правила поиска и сбора растительной пищи. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования и способы их подачи.  **Безопасность на воде.** Особенности состояния водоемов в разное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Правила безопасности поведения на водоемах летом и зимой. Правила переправы по льду водоемов.  **Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения на воде. Оказание помощи терпящим бедствие на льду. Основные и подручные спасательные средства на воде. Правила пользования ими.**  **Безопасность при смене климатогеографических условий.** Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, к условиям горной местности, к условиям Севера. |
| Безопасность в социальной среде | **Безопасность в криминогенных ситуациях.** Понятие и условия личной безопасности. Опасное время. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуациях в доме (квартире), на улице. Правила профилактики личной безопасности в опасных ситуациях криминогенного характера: в общественных местах и в общественном транспорте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила безопасного поведения в местах массового скопления людей. Внешние и внутренние признаки людей, способных совершать преступные действия. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила поведения при встрече с хулиганами. Подручные средства самообороны и способы самозащиты.  Условия, при которых наступает уголовная ответственность. Формы преступного поведения. Виды преступлений. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, предусмотренные Уголовным кодексом в отношении несовершеннолетних.  **Безопасность при террористических актах**. Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета. Правила безопасного поведения при захвате в заложники. Правила безопасного поведения при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. |
| **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ** | |
| Безопасность в  чрезвычайных  ситуациях | **Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного характера.**  Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.  Понятие о землетрясениях и их характеристика. Правила  безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений  Понятие о вулкане и его характеристики. Правила безопасного  поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержении.  Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах и их характеристика.  Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, во время и после схода.  Понятие об урагане, буре, смерче и их характеристика. Правила  безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури, смерча.  Понятие о наводнении и его характеристика. Меры по снижению потерь от последствий наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнениях, во время и после наводнений. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации.  Понятие о цунами и их характеристика. Правила безопасного  поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.  Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их  характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.  Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушения лесного пожара в лесу.  **Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.**  Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Пожары и взрывы, поведения при авариях на радиационно-опасных объектах. Гидродинамические аварии. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах. Транспортные аварии. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров при авариях на железнодорожном транспорте.  Правила безопасного поведения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна.  Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при аварийных ситуациях на авиационном транспорте |
| **СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ** | |
| Основы здорового образа жизни | **Факторы, укрепляющие здоровье.** Формирование навыков здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и профилактика заболевания. Влияние окружающей среды на здоровье человека. **Репродуктивное здоровье.** Нравственность и здоровье. Правовые аспекты взаимоотношений полов. Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Семья, основные функции семьи и здоровье человека. Основы семейного права в Российской Федерации.  **Факторы, разрушающие здоровье человека.** Вредные привычки и их влияние на здоровье человека (табакокурение, алкоголизм, наркомания и токсикомания). Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Меры профилактики факторов, разрушающих здоровье. |
| Безопасность в социальной среде | **Безопасность при террористических актах.** Современный терроризм, его характерные черты и особенности. Основные причины и факторы, влияющие на распространение терроризма в России. Законодательство Российской Федерации в области борьбы с терроризмом.  Правила безопасного поведения: при обнаружении взрывоопасного (подозрительного) предмета; при угрозе взрыва; при взрыве; после взрыва. Правила безопасного поведения при стрельбе в населенном пункте. Правила безопасного поведения при захвате в заложники; во время операции спецслужб по их освобождению.  **Безопасность при возникновении региональных и локальных вооруженных конфликтов и массовых беспорядков.** Понятия о вооруженном конфликте. Региональные и локальные вооруженные конфликты, их причины и последствия. Чрезвычайное положение (ЧП) и правила безопасного поведения при его введении. Правила безопасного поведения при объявлении военного положения в городе. Правила безопасного поведения при ведении боевых действий в городе. Массовые беспорядки и характер их проявления. Основные причины массовых беспорядков и их характеристика. Толпа, как главная опасность массовых беспорядков. Безопасное поведение в толпе. |
| **ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ** | |
| Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций. Оповещение и информирование населения об опасностях. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Их классификация, назначение и правила пользования. Организация и ведение аварийно-спасательных и других неотложных работ**.** Санитарная обработка населения после пребывания в зоне заражения. |
| Основные направления деятельности государственных организаций по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | **Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).** История создания и организация РСЧС. Цели, задачи и структура РСЧС. Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. |
| Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности граждан | МЧС России, как система государственной защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Поисково-спасательные службы и их предназначение. Пожарная охрана, основные задачи и функции по защите населения от пожаров. Милиция, как государственная система в области защиты прав, свобод и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи, как система в области защиты здоровья населения. Государственные органы надзора и контроля за соблюдением законодательства по охране здоровья и безопасности граждан. |
| Правовые основы организации обеспечения безопасности и защиты населения | Деятельность государственной власти в области гарантий прав и свобод человека и гражданина, охраны его жизни и здоровья, регламентируемых Конституцией Российской Федерации. Концепция национальной безопасности Российской Федерации. Краткое содержание законов Российской Федерации: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности» |

**Учебно-тематический план 5 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | В том числе на: | | Контрольные работы | Примерное количество часов на самостоятельные работы учащихся |
| Всего часов | уроки |
| **1** | **Раздел 1. Личная безопасность в повседневной жизни** | 24 |  | 1 | 3 |
| 1.1 | Город как источник опасности |  | 2 |  |  |
| 1.2 | Чрезвычайные ситуации аварийного характера в жилище |  | 9 |  |  |
| 1.3 | Чрезвычайные ситуации в транспорте |  | 6 |  |  |
| 1.4 | Чрезвычайные ситуации криминогенного характера |  | 3 |  |  |
| 1.5 | Нарушение экологического равновесия |  | 4 |  |  |
| **2** | **Раздел 2.СИЗ. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **10** | 10 |  |  |
|  | **ИТОГО** | **34** | 34 | 2 | 3 |

**Учебно-тематический план 6 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Всего часов | В том числе на: | | Контрольные работы | Примерное количество часов на самостоятельные работы учащихся |
| уроки | Лабораторно-практические работы, уроки |
| **1** | **Раздел 1. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях** | **14** |  |  | 1 |  |
| 1.1 | Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее |  | 2 |  |  |  |
| 1.2 | Пребывание человека в различных климатических условиях |  | 1 |  |  |  |
| 1.3 | Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде |  | 10 |  |  |  |
| **2** | **Р а з д е л 2.Защита населения от ЧС мирного и военного времени. Основы медицинских знаний. Основы здорового образа жизни.** | **3** | 2 |  |  |  |
| 2.1 | Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях |  | 2 | 1 |  |  |
|  | **ИТОГО** | **17** | 17 | 1 | 1 | 1 |

**Учебно-тематический план 7 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Всего часов | В том числе на: | | Контроль-ные работы | Примерное количество часов на самостоятельные работы учащихся |
| уроки | Лаборатор-но-практичес-кие работы, |
| **1** | **Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека** | **14** |  |  | 2 |  |
| 1.1 | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий |  | 14 |  |  |  |
| **2** | **Раздел 2. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи** | **3** |  |  |  |  |
| 2.1 | Первая помощь при ранениях и травмах |  | 1 |  |  |  |
| 2.2 | Основы здорового образа жизни |  | 2 |  |  |  |
|  | **ИТОГО** | **17** | 17 | - | 2 | 1 |

**Учебно-тематический план**

**8 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Всего часов | В том числе на: | | Контроль-ные работы | Примерное количество часов на самостоятельные работы учащихся |
| уроки | Лабораторно-практические работы |
|  | **Раздел 1. Основные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека** | **25** |  |  |  |  |
|  | Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера |  | 3 |  | 1 |  |
|  | Пожары и взрывы |  | 6 |  | 1 |  |
|  | Аварии с выбросом опасных химических веществ |  | 4 |  | 1 |  |
|  | Аварии с выбросом радиоактивных веществ |  | 5 |  | 1 |  |
|  | Гидродинамические аварии |  | 3 |  |  |  |
|  | Нарушение экологического равновесия |  | 2 |  |  |  |
|  | **Раздел 2.** Основы медицинских знании и правила оказания ПМП и Основы здорового образа жизни | **9** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** | **34** | 29 | 1 | 4 | 3 |

**Учебно-тематический план**

**9 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Всего часов | В том числе на: | | Контроль-ные работы | Примерное количество часов на самостоятельные работы учащихся |
| уроки | Лаборатор-но-практичес-кие работы |
| **1** | **Раздел 1 Основы безопасности личности, общества и государства** | **12** |  |  | 2 |  |
|  | Организация защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера |  | 5 |  |  |  |
|  | Международное гумонитарное право. |  | 2 |  |  |  |
|  | Криминогенные ситуации. |  | 5 |  |  |  |
| **2** | **Раздел 2** Основы медицинских знании и правила оказания ПМП **Основы формирования здорового образа жизни** | **5** |  |  | 1 |  |
|  | **ИТОГО** | **17** |  | 1 | 3 | 1 |

**Учебно-методическое и материально техническое обеспечение учебного процесса**

**Для реализации программного содержания используется:**

**Учебники.**

«Основы безопасности жизнедеятельности» - учебник для учащихся 5 классов общеобразовательных учреждений

/ В.В. Поляков, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук – М: Дрофа, 2009.

*Латчук В. Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н.*

*А. Г. Маслов, В. В. Марков, В. Н. Латчук, М. И. Кузнецов* Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник

для общеобразовательных учреждений /. — М.: Дрофа, 2010.

*Латчук В. Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н*

*С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков*. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс:

учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2010.

*Латчук В. Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н.*

*С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков*. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс:

учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2010.

*Латчук В. Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н.*

*С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков*. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс:

учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2010.

**Методическая литература:**

1.Васнев В.А. Основы военной службы: методические материалы и документы: книга для учителя /Васнев, Чиненный С.Л., - М., 2000/.

2.Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 класс: дидактический метериал /В.Н. Латчук. –М.,2013./

3.Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 и 11 класс: методическое пособые /В.Н. Латчук, В.В. Марков. – 3 изд., стер.-М,2013; 2-е изд., стер.-М.,2013/.

3. В.Н.Латчук Планирование и организация зянятий в школе. ОБЖ 5-11 класс: методическое пособие. – М., 2013.

4. Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности: рекомендации по оборудованию кабинетов и классов в ОУ. – М.,2003.

5.Михайлов А.А. Игровые занятия в курсе ОБЖ. 509 класс. – М.,2004.

6. Положения об учебно-материальной базе ОУ для обеспечения учебного процесса в области курса ОБЖ // ОБЖ № 10. -2002.

7. Смирнов А.Т. Формирование здорового образа жизни подростков на уроках ОБЖ. 5-9 класс. – М.,2003.

8.Современные технологии обучения: методическое пособие по использованию интерактивных методов в обучении; под ред. Н.В. Борисовой – СПб.,2002.

9. Методы обучения в современной общеобразовательной школе. / Бабайский Ю.К.. – М., Просвещение, 1985.

**Основная литература:**

1. Александрова Е. Современный урок: каким он видится учителям и каким – ученикам? //Директор школы. – 2002. - №8. – С. 34-41/.
2. Волков Н. Структура самоанализа урока /Сельская школа. – 2002. – 5. –С. 45/.
3. Закирова О. Наглядные пособия на уроках ОБЖ./ ОБЖ. – 2000. - №5/.
4. Некляев С.Э. Поведение учащихся в экстремальных ситуациях приоды / Некляев. – М.,2003./
5. Шиянов Е.Н. Виды современных организационных форм обучения, Урок как основная форма обучения; Развитие личности в обучении. – М., 1999. – С. 230-238.
6. Якупов А.М. Навыки – лучшая гарантия безопасности //ОБЖ – 1999. - №5/.

Федеральный перечень учебников, рекомендованных МО и науки Российской Федерации в образовательных учреждениях, на 2009/2010 учебный год.

**Дополнительная литература:**

1. Бабаниский Ю.К. Методы обучения с современной образовательной школе. –М., Просвещение, 1985.
2. Коджаспирова Г.М. Технические средства обучения и методика их использования: учебное пособие – М., Мкадемия, 2003.Лебедев В.Н. Модульное обучение в системе ПДО./Педагогика. – 2005. - №4/.
3. Лобашев В.Д. Условия реализации блочно-модульного обучения/Качество инновации, образование.- 2006. - №5./
4. Методические рекомендации по разработке мультимедийных презентаций: авт.-сост. Мещерова И.А. –Мурманск: МГПУ. 2007.

**ТАБЛИЦЫ ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ** («ДРОФА»)

Средства индивидуальной защиты.

Средства коллективной защиты.

Личная гигиена.

**ТАБЛИЦЫ ПО ПРАВИЛАМ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ(«**ДРОФА»)

Классификация пожаров.

Причины пожаров в жилых и общественных зданиях.

Признаки и поражающие факторы пожара.

Правила поведения при пожаре в доме (квартире).

Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении.

Как выйти из задымленного помещения.

Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение).

Правила поведения при загорании телевизора.

Правила поведения при загорании новогодней елки.

Правила поведения в зоне лесного пожара.

Правила безопасного тушения небольшого лесного пожара.

Помощь человеку, на котором загорелась одежда.

Первая медицинская помощь при термических ожогах.

Первичные средства пожаротушения (огнетушители).

Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).

**ТАБЛИЦЫ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ТЕРРОРИЗМА** («ДРОФА»)

Классификация терроризма.

Взрывоопасные предметы.

Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов.

Особенности поведения и одежды террориста-смертника.

Правила безопасного поведения при угрозе взрыва.

Как действовать, попав после взрыва в завал.

Как действовать, попав под обстрел.

Как действовать, попав в заложники.

Действия при получении угрозы.

Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.

Компасы.Визирные линейки. Транспортиры. Бинты марлевые..

Жгуты кровоостанавливающие. Индивидуальные перевязочные пакеты. Косынки перевязочные. Клеенка компрессная. Клеенка подкладочная.

Ножницы для перевязочного материала (прямые). Повязки малые стерильные. Повязки большие стерильные. Шприц-тюбики одноразового пользования. Шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м. Противогазы.

Фильтрующие и изолирующие средства защиты кожи. Респираторы.

Аптечка индивидуальная (АИ-2). Противохимические пакеты. Носилки санитарные. Противопыльные тканевые маски. Ватно-марлевые повязки.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Электронные ресурсы:**

**1.Электронный учебник под общей редакцией С.К.Шойгу «Основы безопасности жизнедеятельности»Москва.ВНИЦ МЧС РФ. 2003г.**

2. Технология модульного обученич. – http: / /sdo. bsu. edu. ru /Edu / part3 / M2\_2\_3.html

3.Керров Л.А. Система интеграции технологий модульного обучения и интерактивного учения как основа разработки виртуальных курсов – http: /www.hse.spb.ru / science / hublications / 2000cto1.phtml

4.Инновационные технологии в профессиональной подготовке специалтстов./ Лаврентьев Г.В. – http: / / www.asu.ru /cppkp /index/ /ucheb/files / innov / PartI / chfpter5 / 5\_1\_1.htmI

**Приложение**

**Контрольно -оценочные средства**

На различных этапах обучения по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» используются различные **виды контроля:**

* Предварительный.
* Текущий.
* Периодический (тематический, рубежный).
* Итоговый.

Основанием для выделения этих видов контроля является специфика дидактических задач на разных этапах обучения: текущий контроль проводят в процессе усвоения нового учебного материала, рубежный применяют для проверки усвоения значительного объема изученного материала (темы, раздела); с помощью итогового контроля выявляют степень овладения учебным материалом по предмету.

**три типа контроля**:

а) внешний (осуществляется учителем над деятельностью ученика).

б) взаимный (осуществляется учеником над деятельностью товарища)

в) самоконтроль (осуществляется учеником над собственной деятельностью)

**формы контроля:**

1. Индивидуальный контроль.

При индивидуальном контроле каждый ученик получает свое задание, которое он должен выполнить без посторонней помощи. Такая форма контроля целесообразна в случае, если требуется выяснить индивидуальные знания, способности и возможности отдельных учащихся.

2. Групповой контроль.

При проведении такого контроля класс временно делится на несколько групп (от 2 до 10 учащихся) и каждой группе дается проверочное задание. В зависимости от цели контроля группам предлагают одинаковые или разные задания.

3. Фронтальный контроль.

При фронтальном контроле задания предлагаются всему классу. В процессе этого контроля изучается правильность восприятия и понимания учебного материала, вскрываются слабые стороны в знаниях учащихся, обнаруживаются недочеты, пробелы, ошибки в работах и ответах учащихся.

**Критерии оценивания учащихся по ОБЖ**

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку («3», «4», «5»).

***Оценка «5»*** ставится, когда ученик

* Знает и умеет правильно анализировать причины развития различных опасных ситуаций, ЧС природного и техногенного характера.
* Знает способы оповещения населения при возникновении опасных ситуаций.
* Четко и правильно излагает основные правила поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, в школе и при занятиях спортом.
* Четко и правильно излагает правила безопасного поведения при возникновении различных опасных ситуаций и ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района.
* Четко знает основные принципы самоспасения (формулу безопасности) и правильно излагает применение основных положений.
* Имеет четкие представления об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях.
* Имеет четкие представления об основных положениях ЗОЖ.
* Умело пользуется подручными средствами и огнетушителями для ликвидации очага возгорания в помещении.
* Умело пользуется индивидуальными средствами защиты и выполняет нормативы.
* Владеет навыками в приемах оказания ПМП при различных видах травм.
* Владеет навыками в определении сторон горизонта различными способами, в разведении костра и приготовлении пищи.

***Оценка «4»*** ставится, когда ученик

* Знает и умеет анализировать причины развития различных опасных ситуаций, ЧС природного и техногенного характера, но допускает незначительные (несущественные) ошибки.
* Знает некоторые способы оповещения населения при возникновении опасных ситуаций.
* Допускает незначительные (несущественные) ошибки при изложении основных правил поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, в школе и при занятиях спортом.
* С небольшими затруднениями излагает правила безопасного поведения при возникновении различных опасных ситуаций и ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района.
* Знает основные принципы самоспасения (формулу безопасности).
* Имеет представления об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях
* Имеет представления об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Имеет представления об основных положениях ЗОЖ.
* Умеет пользоваться подручными средствами и огнетушителями для ликвидации очага возгорания в помещении.
* Умеет пользоваться индивидуальными средствами защиты и выполняет нормативы.
* Способен оказать ПМП при различных видах травм.
* Способен определить стороны горизонта, развести костер и приготовить пищу.
* *.*

***Оценка «3»*** ставится, когда ученик

* Основной материал знает нетвердо, отвечает неуверенно, требует постоянной помощи учителя.
* Знает большую часть изучаемого материала, но допускает много ошибок при изложении.
* Рабочую тетрадь ведет небрежно, отсутствуют одна-две темы в изученном разделе.
* Имеет слабые представления об основных правилах поведения при смене климатогеографических условий и при вынужденном автономном существовании в природных условиях.
* Имеет слабые представления об основных положениях ЗОЖ.
* Подручными средствами и огнетушителями для ликвидации очага возгорания в помещении пользуется с грубыми ошибками.
* Индивидуальными средствами защиты пользуется с грубыми ошибками и выполняет нормативы на соответствующую оценку.
* Слабые навыки в оказании ПМП при различных видах травм.
* Слабые навыки в определении сторон горизонта, разведении костра и приготовлении пищи.

***Оценка «2»*** ставится, когда ученик

* Основной программный материал не знает, часто ответить на поставленный вопрос не может.
* Рабочую тетрадь не ведет или ведет периодически, отсутствуют более трех тем в изученном разделе.
* Имеет слабые представления по изучаемому вопросу, не умеет анализировать причины опасных ситуаций и вырабатывать порядок действий
* Не знает способов оповещения населения при возникновении опасных ситуаций.
* Не знает основные правила безопасного поведения при возникновении различных опасных ситуаций, ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района.
* Не умеет пользоваться подручными средствами и огнетушителями для ликвидации очага возгорания в помещении.
* Не умеет пользоваться индивидуальными средствами защиты и выполняет нормативы.
* Не владеет навыками в приемах оказания ПМП при различных видах травм.
* Не владеет навыками в определении сторон горизонта, в разведении костра и приготовлении пищи.

**При оценке:**

***умения пользоваться средствами пожаротушения;***

***умения оказывать ПМП при различных видах травм;***

***умения определять стороны горизонта различными способами;***

***умения разводить костер и готовить пищу в походных условиях;***

***выполнения нормативов применения средств индивидуальной защиты***

следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в повышении умений за определенный период времени. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий (отработок действий) дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки

**Общие рекомендации по работе с тестами**

1.Внимательно прочитайте текст теста;

2.Внимательно ознакомьтесь со всеми альтернативными вариантами ответов нам задания и лишь после этого грамотно и осмысленно сделайте свой выбор;

3.Все тесты подготовлены таким образом, что предлагают остановить свой выбор на одном правильном ответе;

4.Если школьник во время письменного (или устного) опроса (зачёта), при использовании тестов набирает в совокупности:

А) более 90% правильных ответов, то ставится оценка «отлично»;

Б) более 60% правильных ответов, то ставится оценка «хорошо»;

В) более 30% правильных ответов, то ставится оценка «удовлетворительно»;

Г) менее 30% правильных ответов означает «неудовлетворительно» с правом пересдачи.

**Контрольно- измерительные материалы по ОБЖ**

**5 класс**

***Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи***.

 1. Повреждение целостности тканей и нарушения функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызываемое воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды( механических, тепловых, холодных, химических, радиационных), называется ...

... рана

... кома

... травма

... ушиб

 2. К закрытым повреждениям относятся ...

 .. вывих

... порез

... заноза

... царапина

 3. К общим признакам всех ранений относится ...

 ... видимое или скрытое разрушение тканей

... кровотечение

... потеря сознания

... боль

 4. Какого вида кровотечения не бывает?

 Спокойного

Капилярного

Венозного

Артериального

 5. Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называют ...

 ... обильным

... открытым

... наружным

... опасным

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

... в любом

... до 0.5л

... 0.5-1л

... более 1л

 7. Сколько крови содержится в организме взрослого человека?

 Около 6л

Около 5л

Около 4л

Около 3л

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

... пальцевое прижатие

... наложение давящей повязки

... наложение жгута

... максимальное сгибание конечности

 9. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки?

 Обработать перекисью водорода или слабым раствором марганцовки

Промыть водой и обработать зеленкой

Обработать йодом

Приложить лед

 10. Полное развитие костно-мышечной системы человека заканчивается к ...

 ... 16-18 годам

... 18-20 годам

... 20-24 годам

... 25-28 год

**5 класс**

**Тест**

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

... 3 метра

... 5 метров

... 7 метров

... 10 метров

 2. В бытовой газ добавляют специальное вещество для того, чтобы ...

 ... увеличить давление газа

... изменить цвет газа, чтобы его было лучше видно

... обнаружить утечку газа по запаху

... уменьшить давление газа

 3. Что вы сделаете, если во время просмотра телевизора из него пошел дым?

 Уйду в другую комнату

Выключу телевизор

Выдерну вилку из розетки и накину на телевизор влажное одеяло

Отключу телевизор и полью водой

 4. Из подвала дома идет дым и выбегают дети. Ваши действия:

 Как можно быстрее пройти мимо.

Спуститься в подвал и посмотреть, что горит.

Подойти и спросить, что горит.

Сообщить о пожаре взрослым или позвонить "01"

 5. Как правильно вызвать пожарную команду?

 Позвонить "01", указать свою фамилию и номер телефона, точное место возгорания и наиболее удобные пути к нему, записать фамилию дежурного, принявшего вызов.

Позвонить "01", указать свою фамилию, домашний адрес и номер телефона.

Позвонить "01", указать домашний адрес, телефон, записать фамилию дежурного, принявшего вызов.

Позвонить "01", указать место возгорания и записать фамилию дежурного, принявшего вызов.

6. Оборвался контактный провод и упал на крышу троллейбуса. Водитель открыл двери. Как вы будете покидать троллейбус?

 Через дверь по ступенькам.

Через дверь прыжком.

Через аварийный выход.

Через вентиляционный люк.

7. Вы опаздываете на электричку. Перед вами на путях стоит товарный состав. Ваши действия:

 Обойти состав.

Пролезть между вагонами стоящего состава.

Пролезть под вагоном стоящего состава.

Воспользоваться переходом.

8. Автобус совершает междугородний рейс. На спуске с горы отказывают тормоза, и автобус скатывается вниз с возрастанием скорости. Ваши действия:

 Останусь на месте, положив перед собой мягкие вещи и упереревшись руками и ногами в сиденье перед собой.

Встану в проходе и крепко ухвачусь за поручни.

Постараюсь помочь водителю.

Постараюсь покинуть автобус, выбив окно или открыв дверь.

9. Какая служба входит в систему обеспечения безопасности города?

Служба "Скорой помощи".

Служба городского пассажирского транспорта.

Служба связи.

Городская справочная служба.

10. Основной причиной возникновения опасных ситуаций в квартире (доме) является ...

... отсутствие сигнализации.

... отсутствие аптечки первой помощи.

... неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами.

... отсутствие средств пожаротушения.

**Сайт:** [www.uchkopilka.ru](http://uchkopilka.ru/)

**Оригинал публикации:** <http://uchkopilka.ru/obzh/kontrol/item/967-test-po-osnovam-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti-dlya-5-klassa>

**6 класс**

**Тест.**

* 1. Повреждение тканей тела человека, возникшее при повышении их температуры свыше 50°C, называется

... тепловым ударом

... солнечный ударом

... ожогом

... химическим ожогом

2. Какой вид костра относится к жаровому?

 "Шалаш"

"Колодец"

"Решетка"

"Звездный"

3. Если группа попала в экстремальную ситуацию на природе, то в первую очередь нужно обратить внимание на ...

 ... возможность определить свое местонахождение

... наличие достаточного запаса продуктов питания

... наличие достаточного запаса питьевой воды

... возможность создания временного жилища

4. Как называется смещение костей относительно друг друга в области сустава?

 Сдавливание

Вывих

Перелом

Открытый перелом

 5. Противорадиационное укрытие предназначено для защиты людей от ...

 ... радиоактивного заражения

... сильнодействующих отравляющих веществ

... ударной волны

... ураганного ветра

 6. Какие из указанных растений можно использовать в качестве ваты?

 Ромашка

Камыш

Клевер

Зверобой

 7. Признаком ушиба является ...

 ... боль, усиливающаяся при движении

... появление сыпи

... кровоподтек

... резкое повышение температуры тела

 8. При прохождении туристического маршрута ваша группа попала в экстремальную ситуацию. Что необходимо сделать в первую очередь?

 При наличии пострадавших, ослабленных, больных, оказать им первую медицинскую помощь

При наличии пострадавших, отправить их в сопровождении нескольких человек в поисках населенного пункта для оказания им помощи

Развести костер

Организовать сооружение временного жилища

 9. Укажите требование, предъявлямое к месту разведения костра.

 Если погода ненастная, то место разведения костра должно быть под деревом, у которого крона расположена выше 6м от земли

Место должно быть хорошо проветриваемым

Место должно быть не далее 10м от источника воды

Место должно быть защищено от ветра

 10. Укажите требование, предъявлямое к месту сооружения временного жилища.

 Место должно находиться на ровном возвышенном продуваемом участке

Недалеко от места должна быть наезженная дорога или тропа

Место должно быть среди сухостоя, который можно использовать как топливо для костра

Место должно находиться на берегу реки на уровне воды

**8 класс**

**Тест**

1. Причиной взрывов  на  промышленных  предприятиях  может  быть:

а)  понижение  давления  в технологическом оборудовании, отсутствие  специальных приборов,  указывающих  превышение  концентрации  химически  опасных  веществ;

б)  несвоевременное  проведение  ремонтных  работ,  повышение температуры  и давления  внутри  производственного  оборудования;

в)  отсутствие  специальных  устройств   удаления дыма, легкосбрасываемых конструкций  во  взрывоопасных  производствах,  наличие   инертных  газов  в  зоне взрыва.

2. Объект,  при аварии  или  разрушении  которого  могут  произойти  массовые поражения  людей,  животных  и   растений  опасными    химическими  веществами,-это:

а)  химически  опасный  объект;

б)  пожароопасный  объект;

в)  гидродинамически опасный  объект;

3.  При  герметизации  помещений в  случае  аварий  на  ХОО с  выбросом АХОВ необходимо:

а)  закрыть, заклеить  и  уплотнить   подручными  материалами  двери  и  окна;

б)   закрыть  входные  двери  и  окна,  заклеить  вентиляционные  отверстия,   уплотнить дверные  проемы  влажной  тканью,  заклеить  и  уплотнить  подручным  материалами

      оконные  проемы;

в)  закрыть  и  уплотнить  подручными  материалами  двери  и  окна,  при  этом  ни  в коем  случае  не  заклеивать  вентиляционные  отверстия.

4. Находясь  дома  один,  вы  вдруг  услышите   прерывистые  гудки  предприятий и машин.  Ваши  действия:

 а)   немедленно  покинете помещение  и  спуститесь в  убежище;

 б)    это  сигнал  «Радиоактивная опасность!». Вы плотно  закроете все  форточки  и двери;

 в)   это  сигнал «Внимание  всем!». Услышав  его, вы  немедленно  включите телевизор, радиоприемник и будете  слушать  сообщение .

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

 а)  от  отравляющих,  радиоактивных  веществ  и  высоких  температур внешней  среды при пожарах;

 б)  от  отравляющихся,  радиоактивных  веществ  и  бактериальных  средств;

 в)    от  радиоактивных  веществ  и  бактериальных  средств.

6. Выходя  из  зоны  химического  заражения  следует:

 а) перпендикулярно  направлению   ветра;

 б)  по  направлению  ветра;

 в)  навстречу  ветра.

7.Систему, созданную  в  России для  предупреждения  и  ликвидации  чрезвычайных  ситуаций,  называют:

а) система  наблюдения  и   контроля   за   состоянием  окружающей  природной  среды;

б) система  сил  и   средств   для   ликвидации  последствий ЧС;

в) Единая  государственная  система  предупреждения  и  ликвидации ЧС.

8.Проникающая  радиация  может  вызвать  у  людей:

а)  лучевая  болезнь;

б)  поражение  центральной  нервной системы;

в)  поражение  опорно-двигательного  аппарата.

9. Покрытие  окружающей местности  слоем  воды, заливающей дворы,  улицы населенных  пунктов и нижних  этажей  зданий, - это:

    а) затопление;

    б) половодье;

    в) паводок;

10. Одним  из  последствий наводнения является:

а) нарушение сельскохозяйственной  деятельности и гибель  урожая;

б) взрывы промышленных объектов в  результате действия  волны  пролива;

в) возникновение  местных  пожаров, изменение  климата.

11.К коллективным  средствам  защиты относятся:

а) убежища и  противорадиационные  укрытия;

б) противогазы  и  респираторы;

в) средства  защиты  кожи  и респираторы  на  всех  работников  предприятий.

12.Прибыв  на место размещения в  случае  эвакуации  из  зоны  аварии  с  выбросом АХОВ,  необходимо:

а) немедленно  зарегистрироваться,  после  регистрации  надеть одежду,  вытереть  ботинки,  пройти в здание  и  умыться;

б) снять  верхнюю  одежду,  принять  душ с  мылом,  промыть глаза  и  прополоскать  рот;

в) помочь  эвакуируемым  разместиться  на  сборном  эвакопункте, пройти  на пункт  питания, исключить какие-либо  нагрузки  и  лечь  отдыхать.

13. Хлор – это:

а) бесцветный  газ с резким  запахом (нашатырного спирта);

б) парообразное  вещество с запахом горького  миндаля, от которого появляется  металлический  привкус  во  рту;

в)  зеленовато-желтый  газ  с  резким  запахом.

14.  Последствие оползней, селей, обвалов и снежных  лавин:

а)  лесные  пожары, изменение  климата и погодных условий, гибель  людей и животных;

б) извержение  вулканов, усиление сейсмической активности, повышения  уровня воды в реках и водоемах;

в) перекрытие  русел  рек, изменение  ландшафта, гибель людей  и  животных, разрушение  зданий и сооружений, сокрытие их  толщами  пород.

15.При внезапном  затоплении  местности  до  прибытия  помощи  следует:

а) спуститься  на нижний  этаж  здания и  подавать  световые  сигналы;

б)  быстро  занять  ближайшее  возвышенное  место  и  оставаться  там до схода воды,  при этом  подавая  сигналы,  позволяющие   вас  обнаружить;

в)  оставаться  на месте  и ждать  указаний по  телевидению (радио),при этом  вывесить  белое  полотнище  или  цветное  полотнище, чтобы  вас  обнаружили.

16. Вынужденную  самостоятельную  эвакуацию   во  время  внезапного затопления  необходимо  начинать  тогда,  когда  вода:

а)  затопила  подвальные  помещения  и  достигла  первого этажа  здания, где вы  находитесь;

б)  стала  резко  подниматься;

в) достигла  отметки  вашего  пребывания  и создается  реальная  угроза  вашей  жизни.

17.При химическом  ожоге  щелочью  прежде  всего  необходимо:

а)  удалить, одежду, пропитанную  щелочью, и  промыть  кожу проточной  водой;

б)  промыть  поврежденное  место  слабым  раствором(1-2%)уксусной  кислоты;

в)  дать обезболивающее  средство  и  доставить  пострадавшего в  медицинское учреждение.

18.Гидродинамическая авария  это:

    а) авария на химически опасных объектах, в  результате  которых  может  произойти заражение  воды;

     б)  авария  на  гидродинамических  объектах, в  результате которых  могут  произойти катастрофические   затопления;

     в) аварии на  пожаро -, взрывоопасных  объектах, в  результате  которых  может произойти  взрыв.

19.К общим  принципам неотложной  помощи при  поражении опасными  химическими веществами  относятся:

 а) ускоренное  выведение  из  организма  всосавшихся  ядовитых  веществ.

 б) проведение  дезинфекции в жилом  помещении,  где  находится  пострадавший;

 в) ускорение процесса  всасывания яда  в  жизненно  важные органы.

20. Пассивный  курильщик  - это  человек:

 а)  выкуривающий   одну  сигарету  натощак;

 б)    находящийся   в  одном  помещении  с  курильщиком;

 в)   выкуривающий   до  двух сигарет в день.

**9 класс**

**Тестовые задания проверки и закреплению знаний за полугодие.**

*1. Какая из этих организаций была создана первой?*

     А. РСЧС;

     Б. ГО;

     В. Корпус спасателей;

     Г. МЧС.

*2. Законы и другие документы по вопросам защиты населения система РСЧС:*

     А. Изучает;

     Б. Выполняет;

     В. Разрабатывает;

     Г. Согласовывает с Президентом РФ.

*3. РСЧС функционирует в режимах (уберите лишнее):*

     А. Боевой готовности;

     Б. Повседневной деятельности;

     В. Повышенной готовности;

     Г. Чрезвычайной Ситуации.

*4. Какое подразделение не входит в состав сил РСЧС:*

     А. Войска ГО;

     Б. Инженерные Войска;

     В. Авиация МЧС РФ;

     Г. АСНДР.

*5.* *Международное гуманитарное право выполняет задачи:*

     А. Распределения гуманитарной помощи;

     Б. Ограничения средств и методов ведения войны;

     В. Ликвидации последствий военных конфликтов;

*6.* *Четыре основные Конвенции МГП были приняты международным сообществом:*

     А. В 1941 году;

     Б. В 1945 году;

     В. В 1949 году;

     Г. В 1977 году.

*7.* *Лица из числа гражданского населения, не участвующие в войне признаются:*

     А. Комбатантами;

     Б. Военнопленными;

     В. Мирным населением;

     Г. Партизанами.

*8.* *Назовите «лишний» уровень РСЧС:*

     А. Федеральный;

     Б. Территориальный;

     В. Местный;

     Г. Районный.

*9.* *Режим ЧС в пределах конкретной территории вводится:*

     А. При угрозе возникновения ЧС;

     Б. При возникновении и ликвидации ЧС;

     В. При устранении Последствий ЧС.

*10.* *Какое из подразделений входит в состав РСЧС?*

     А. Патрульно-постовая служба;

     Б. Лечебно-профилактическая служба;

     В. Поисково-спасательная служба.

*11.* *Международное гуманитарное право в ходе ведения войны запрещает:*

     А.Захватывать военное имущество сдавшегося противника;

     Б.Наносить серьезный или долговременный ущерб природной среде;

     В.Перевозить военнопленных не предназначенным для них транспортом.

*12.* *Основные Конвенции МГП были приняты в городе:*

     А.Берн;

     Б. Женева;

     В. Страсбург;

     Г. Лондон.

*13. По определению МГП комбатантом не является:*

     А. Партизан;

     Б. Раненый генерал;

     В. Войсковой священник;

     Г. Официант военной столовой.

*14.* *К современным средствам поражения не относится:*

     А. Ядерное оружие;

     Б. Стихийное бедствие;

     В. Химическое оружие;

     Г. Бактериологическое оружие.

*15.* *К коллективным средствам защиты относятся:*

     А. Убежища и ПРУ;

     Б. Противогазы и респираторы;

     В. Средства защиты кожи и респираторы;

     Г. Всё вышеперечисленное.

*16.* *Что не относится к поражающим факторам ядерного взрыва?*

     А. Ударная волна;

     Б. Световое излучение;

     В. Тепловое излучение;

     Г. Электромагнитный импульс.

*17.* *Какой поражающий фактор не оказывает на человека непосредственного воздействия при применении ядерного оружия:*

     А. Проникающая радиация;

     Б. Световое излучение;

     В. Электромагнитный импульс;

     Г. Радиоактивное заражение.

*18.* *Для защиты от проникающей радиации нуж­но использовать:*

     А. Противогаз, укрытие;

     Б. Респиратор, убежище;

     В. Убежище, укрытие;

     Г. ОЗК.

*19.* *Оказавшись в зоне химического заражения, вы почувствовали запах горького миндаля. Какое это ОВ?*

     А. Иприт;

     Б. Синильная кислота;

     В. Фосген;

     Г. Зарин.

*20. Заражающими средствами бактериологического оружия не являются:*

     А. Бактерии;

     Б. Вирусы;

     В. Грибы;

     Г. Токсины

**Контрольные работы 5 класс.**

Контрольная работа № 1 «Опасные ситуации в жилище»

Вариант 1.

1.В каких случаях вызываются службы безопасности города (района)?Как правильно их вызвать по телефону ?

2.Назовите причины опасных ситуаций в доме (квартире)?

3.Как надо выходить из задымленного помещения?

4.Что необходимо делать ,чтобы избежать затопления в квартире?

5.Можно ли отравиться лекарствами ? Чем опасна ртуть?

6.Что необходимо делать, если загорелся телевизор?

Вариант 2.

1.Какие службы безопасности (аварийные службы) создаются в городах и районах для оказания помощи людям , попавшим в опасные ситуации?

2.Какие опасные ситуации могут возникнуть в доме (квартире)?

3.Что необходимо делать , если в квартире начался пожар ?

4.Назовите основные причины затопления в доме(квартире).

5.Чем опасен горючий (бытовой) газ ?

6. Назовите основные правила пользования газовой плитой?

6.Какие первичные средства пожаротушения применяются для тушения небольших пожаров (загораний )?

Контрольная работа №2 «Гололед. Толпа .Злая собака.»

Вариант 1.

1.Для чего нужно увеличивать сцепление своих ботинок со льдом? Как увеличить сцепление?

2.Что нужно учитывать собираясь на стадион на концерт при массовом скоплении людей?

3.Какая главная задача в толпе при панике и бегстве?

4.В каких случаях собака может напасть на человека?

Вариант 2.

1.Как можно смягчить падение на лед?

2.Чем опасна толпа и паника?

3.Как вы будете вести себя в толпе? Какие оденете вещи на концерт при массово скопление людей?

4.Что необходимо предпринять если вы увидите в подъезде одинокую собаку?

Контрольная работа № 3 «Чрезвычайные ситуации на транспорте»

Вариант 1.

1.Назовите правила безопасного поведения в любом транспортном средстве?

2.В чем заключается основная опасность троллейбуса , трамвая? Что необходимо сделать в случае пожара в трамвае , троллейбусе?

3.В чем заключается опасность авиационного транспорта? Как необходимо себя вести в салоне самолета?

4.Что нужно делать если человек оказался за бортом судна?

Вариант 2.

1.Назовите виды общественного городского транспорта и дайте характеристику опасности каждого?

2.Какие зоны опасности существуют в метро ?Какие опасные ситуации могут возникнуть в этих зонах и их причины?

3.Какие аварийные ситуации могут возникнуть в самолете во время полета? Что необходимо делать пассажирам во время аварийной посадки самолета ?

4. Сформируйте правила пользования спасательным жилетом?

Контрольная работа № 4 «Ситуации криминогенного характера»

Вариант 1.

1.Назовите основные правила безопасного поведения в опасных ситуациях? Что рекомендуется делать в опасных ситуациях?

2.Вы пришли из школы домой ,а дверь в квартире открыта. В квартире находятся посторонние люди, что необходимо предпринять?

3.Какие вы знаете правил для того чтобы не стать жертвой преступления?

4.Как вы будете действовать если вы дома один а квартиру пытаются открыть?

Вариант 2.

1.Что рекомендуется делать хозяину жилища для безопасности своего дома (квартиры)?

2.Вы подошли к лифту одновременно с незнакомым человеком. Как надо вести себя в этом случае?

3.Какие вы знаете правила , необходимые для того , чтобы не стать жертвой преступления?

4.Кого можно считать знакомым человеком? Кто такие незнакомые люди? Назовите правила безопасного поведения с незнакомыми людьми?

**Контрольные работы 6 класс**

Контрольная работа №1 «Автономное существование человека в природе»

Вариант 1.

1.Что нужно знать, если вы попали в экстремальную ситуацию?

2.Что нужно знать, если вы заблудились и не можете найти свои следы?

3.Какими способами можно определить стороны света на местности?

4.Как выбрать место для сооружения временного жилища?

5.Как сохранить работоспособность при отсутствии пищи и воды?

6.Какие вы знаете способы приготовления пищи и добычи воды?

Вариант 2.

1.Что нужно делать, если вы попали в экстремальную ситуацию?

2.Что нужно делать, если в походе вы отстали от группы?

3.Какие способы преодоления преград вы знаете?Как нужно правильно преодолевать преграды (реки, болота)?

4.Как надо правильно разводить костер? Способы добычи огня?

5.Перечислите основные правила обеспечения питанием и водой в условиях автономного существования?

6.Как облегчить акклиматизацию, если вы оказались в новой климатической зоне?

**Контрольные работы 7 класс.**

Контрольная работа №1 «Землетрясения»

Вариант 1.

1.Назовите причины и последствия землетрясений?

2.Перечислите основные мероприятия по снижению потерь от землетрясений, осуществляемые населением , проживающим в районах, подверженных этому опасному природному явлению?

3.Правила безопасного поведения, если человек оказался в завале?

4.Правила безопасного поведения в случае извержения вулкана?

Вариант 2.

1.Чем характеризуется величина и мощность землетрясения? Объясните понятия магнитуда и интенсивность землетрясения ?

2.Назовите причины и последствия извержения вулканов?

3. Правила безопасного поведения во время внезапного землетрясения?

4.Перечислите основные мероприятия по снижению потерь от извержения вулканов, осуществляемые органами государственного управления и населением, проживающим в районах с повышенной вулканической активностью?

Контрольная работа №2 «Оползни , сели, обвалы»

Вариант 1.

1.Причины образования оползней и селей.

2.Последствия оползней , селей , обвалов и снежных лавин?

3.Что необходимо делать при угрозе схода оползней , селей , обвалов и снежных лавин : при заблаговременном оповещение , при получении сообщения непосредственно перед наступлением стихийных бедствий?

Вариант2.

1.Причины образования обвалов и снежных лавин?

2.Перечислите основные мероприятия по снижению потерь от воздействия оползней, селей и снежных лавин, осуществляемые органами государственного управления и населением , проживающим в районах подверженных этим опасным явлениям?

3.Что необходимо делать, если люди, здания, сооружения оказались на поверхности оползневого участка : при внезапном приближении лавины, при попадании в лавину?

**Контрольные работы 8 класс.**

**Контрольная работа №1 «Пожары и взрывы»**

Вариант 1.

1.Дайте определение пожара взрывоопасному объекту? Какие предприятия относятся к пожара взрывоопасному объекту?

2.Действие взрыва на здания, сооружения? Классификация разрушений при взрывах и их характеристика?

3.Классификация пожаров по внешним признакам горения, по месту возникновения?

4.Основные причины пожаров на промышленных предприятиях и в жилом секторе? Поражающие факторы пожара?

5.Правила безопасного поведения во время пожара: если вы не можете выйти к лестничной клетке, к выходу , если есть балкон (лоджия)?

6.Как оказать помощь человеку, на котором загорелась одежда?

Вариант 2.

1.Какими особенностями характеризуется взрыв? Назовите и дайте характеристику зонам взрыва?

2.Сущность процесса горения, условия прекращения процесса горения?

3.Стадии развития пожара и их характеристика. Условия, способствующее распространению пожаров?

4.Основные причины взрывов на промышленных предприятиях и в жилом секторе. Поражающие факторы взрыва?

5.Правила безопасного поведения при пожаре в общественном или жилом здании, в том числе: при эвакуации через задымленный коридор и, если надвигается огненный вал.

6.Правила безопасного поведения при панике в общественном месте во время пожара?

**Контрольная работа №2 «Аварии с выбросом АХОВ»**

Вариант 1.

1.Дайте определение опасному химическому веществу. В каких отраслях их применяют?

2.Назовите группы АХОВ по характеру воздействия на человека?

3.Дайте определение зоны химического заражения? Назовите и охарактеризуйте зоны опасности на химически опасных объектах?

4.Назовите основные способы защиты населения от АХОВ при авариях на химически опасных объектах. Какие мероприятия по защите населения проводятся заблаговременно?

5.Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности и при выходе из зоны заражения?

6.Действия населения в случае аварии на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов?

Вариант 2.

1.Дайте определение химически опасному объекту. Какие предприятии относятся к химически опасным объектам?

2.Дайте определение АХОВ. Какую опасность для людей оно представляет?

3.Причины и последствия аварий на химически опасных объектах?

4.Герметизация жилых помещений и ее последовательность?

5.Правила безопасного поведения при проживании в близи с химически опасным объектом и при оповещении об аварии с выбросом АХОВ?

6.Правила безопасного поведения при подозрении на поражения ахов?

**Контрольная работа №3 «аварии с выбросом радиоактивных веществ»**

***Вариант 1.***

1.Какую опасность для здоровья человека представляет излучение. Виды излучения?

2.Почему образуются районы различного уровня радиоактивного заражения. Охарактеризуйте радиоактивное заражение местности при авариях на ас?

3.Последствия радиоактивных аварий. Какие специфические свойства имеют радиоактивные вещества?

4.Особенности радиоактивного загрязнения местности при авариях на ас?

5.Однократное и многократное облучение их последствия какие дозы облучения могут вызвать лучевую болезнь?

6.Дейтсвия населения при эвакуации, при отсутствии убежища и средств защиты7

Вариант 2.

1.Назовитеисточники естественного и искусственного облучения?

2.Основные причины аварий на радиационно-опасных объектах?

3.Назовите фазы аварий на радиационно-опасных объектах и охарактеризуйте их?

4.Какие радиоактивные вещества попадают в продукты питания и воду. Какую опасность такие продукты представляют для организма человека?

5.Правила безопасного поведения при эвакуации по зараженной местности и по прибытию в район размещения эвакуируемых?

6.проведение йодной профилактики для чего она нужна и как проводиться? Как приготовить йодный раствор йода?

**Контрольная работа №4 «нарушение экологического равновесия»**

Вариант 1.

1.Назовите источники загрязнения окружающей среды и дайте им характеристику?

2.Назовите основной источник загрязнения атмосферы в крупных городах. Какое влияние на изменение климата оказывает хозяйственная деятельность человека ?

3.Какое значение имеет озон для биологической жизни на земле? Какие факторы влияют на разрушение озонового слоя земли?

4.Наличие каких веществ в почве оказывает существенное влияние на здоровье человека? Какие факторы загрязняют почву? Как можно сохранить почву и почему это важно для человека?

5. Для чего нужны нормативы качества окружающей природной среды ? Какие вы знаете показатели качества атмосферы, воды и почвы?

Вариант 2.

1.Назовите формы воздействия человека на биосферу и дайте им характеристику.

2.Какие газы относят к парниковым ? В чем заключается сущность «парникового эффекта»?

3.Что такое сточные воды? Дайте характеристику бытовым, атмосферным и производственным сточным водам. Какую опасность они представляют для здоровья человека?

4.Почему бытовые и промышленные отходы считаются факторами загрязнения почвы? Назовите состав твердых отходов.

5.Что такое предельно допустимая концентрация применительно к атмосферным загрязнениям, к водной среде, к почве?

**Контрольные работы 9 класс.**

**Контрольная работа № 1 «Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций РСЧС»**

Вариант 1.

1.С какой целью и когда создана РСЧС?

2.Назовите координирующие органы на каждом уровне РСЧС?

3.Для чего и где создаются комиссии по ликвидации ЧС?

4.Какие силы и средства РСЧС могут привлекаться к ликвидации последствий ЧС?

Вариант 2.

1.Назовите основные задачи РСЧС?

2.Из каких подсистем состоит РСЧС?

3.Для чего устанавливаются режимы функционирования РСЧС? Назовите и охарактеризуйте эти режимы?

4.Какие задачи выполняет поисково-спасательная служба МЧС России?

**Контрольная работа №2 «Криминогенные ситуации**»

Вариант 1.

1.С какого возраста наступает уголовная ответственность? В каких случаях подлежат уголовной ответственности лица достигшие 14 лет при совершении преступления?

2.В чем заключается сущность мошенничества?

3.Какое поведение человека поможет избежать столкновения со злоумышленниками?

4.Как вы поступите при встрече с хулиганами?

Вариант 2.

1.Как подразделяются преступления (деяния) в зависимости от характера и степени общественной опасности?

2.Какие виды наказаний для несовершеннолетних предусматриваются уголовным кодексом?

3.Что необходимо знать чтобы не стать жертвой мошенников?

4.Как вы поступите в ситуации , когда к вам пристают незнакомые люди , требуют отдать вещи и угрожают вам?

**Контрольная работа №3 «Меры профилактики травм в старшем школьном возрасте»**

Вариант 1.

1.Как можно предотвратить повреждения костей, мышц , соединительных тканей?

2.Назовите основные причины травм в быту и их предотвращение?

3.Каких правил необходимо придерживаться на уроках физики при работе с электроприборами?

4.Назовите основные причины травм и их предотвращение?

Вариант 2.

1.Как можно предотвратить травм глаз, ушей и зубов?

2.Назовите основные причины травм при занятии спортом и их предотвращение?

3.Каких правил необходимо придерживаться на уроках химии работая с химическими реактивами?

4.Назовитеосновные причины дорожно-транспортных происшествий и их причины?