

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики «Школа № 75»

Рассмотрена на заседании МО учителей
общеучебных дисциплин
ГКОУ УР «Школа № 75»
Протокол от 30.05.23 г. № 2

Принята на заседании педагогического
совета ГКОУ УР «Школа № 75»
Протокол от 31.05.2023 г. № 5

Утверждена
Приказом ГКОУ УР «Школа № 75»
от 07.06.2023 г. № 155/01 – 03



Рабочая программа учебного предмета «ОБЖ»

(вариант 1)
обучающихся с нарушениями
опорно-двигательного аппарата

10 класс

ОБЖ

10 класс

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I) с нарушениями опорно – двигательного аппарата (НОДА).

Рабочая программа составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) (10-12 классы).

Главная цель – формирование у обучающихся навыков безопасного поведения в чрезвычайных и опасных ситуациях различного характера и ответственности за личную безопасность.

Задачи изучения курса ОБЖ в 10 классе:

- обобщение и закрепление умений видеть и оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей;
- обобщение и закрепление представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- обобщение и закрепление навыков здорового образа жизни;
- развитие положительных качеств и свойств личности;
- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- воспитание нравственных качеств и свойств личности;
- обобщение и закрепление представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, необходимости в двигательной активности.
- обобщение и закрепление у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни при возникновении различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Специальная задача: коррекция речи и мышления школьников с ограниченными возможностями здоровья.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Специфика обучения заключается в его тесной взаимосвязи со всеми учебными предметами. В программе сохранен принцип коррекционной направленности обучения, реализован поэтапный подход к формированию в сознании детей чувства личной и коллективной безопасности. В основу содержания программы по ОБЖ входит необходимый минимум знаний, охватывающий теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций.

Структурно и содержательно программа построена с учётом особенностей познавательной деятельности обучающихся. Концентрическое расположение материала, когда одна и та же тема изучается в течение нескольких лет, создаёт условия для постепенного наращивания сведений по теме (поэтапность), для постоянного повторения и углубления пройденного и отработки необходимых умений.

Для достижения поставленных задач, используются следующие **методы обучения:**

- наглядные;
- словесные;
- практические.

Формы организации учебной деятельности:

- коллективная;
- групповая;
- индивидуальная.

Используемые средства обучения:

- вербальные;
- визуальные;
- технические.

3. Описание места учебного предмета.

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю). Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных, устных повседневных работ, текущих и итоговых контрольных работ.

4. Личностные и предметные результаты.

Личностные результаты

№	Критерии	Индикаторы
1.	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	Элементарные представления о правах и обязанностях гражданина, товарища, семьянина.
		Начальные представления о конституции РФ, о символах государства, области, города, района, школы. Уважительное отношение к государственной символике.
		Уважительное отношение к русскому языку и национальным традициям.
		Проявление интереса к изучению истории Отечества, начальные представления о героических страницах истории России.
		Осознание своей национальности, этнической и культурной принадлежности.
		Почтительное отношение к ветеранам и военнослужащим
		Элементарные знания о своем родном крае, его истории и культуре.
		Понимание и использование в речи положительных качеств, характеризующие гражданскую направленность (патриотизм, трудолюбие, верность, справедливость, честь, смелость, и др. социальные компетенции).
		Понимание связи с близкими, друзьями, одноклассниками, с Родиной.
		Выполнение поручений в семье, в школе.
2.	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов	Элементарные представления о религиозной картине мира, традиционных религиях России.
		Уважительное отношение к истории и культуре других народов и стран.
		Уважительное отношение к людям других национальностей, вероисповедания, культуры.
		Умение выстраивать отношения, общение со сверстниками, несмотря на национальную принадлежность (не допускается оскорблений, высмеивания).
		Умение выслушать иное мнение, уважительно относиться к иному мнению.
3.	Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	Умение понимать, что можно и что нельзя (в быту, в еде, в приеме лекарств и т.п.).
		Умение рассказать о себе (ФИО, имена родителей, адрес дома и школы, каким маршрутом добраться и т.д.).
		Овладение навыками самообслуживания.
		Выполнение поручений в семье, в школе (заправить кровать, помыть посуду, выполнить уборку, провести дежурство и

		т.д.).
		Умение обратиться к взрослому за помощью и сформулировать запрос или выразить просьбу жестом.
		Умение адекватно оценивать свои возможности и силы (Различает «что я хочу» и «что я могу»).
		Способность дать знать о недомогании, о том, что тревожит, пугает вербальными и невербальными средствами.
		Умение ориентироваться в классе, школе (знать, где классный кабинет, учителя, столовая, расписание уроков и т.д.).
4.	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире	Принятие и освоение своей социальной роли в школе, в семье, в коллективе сверстников.
		Способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях.
		Умение выстраивать добропорядочные отношения в учебном коллективе, в коллективах дополнительного образования.
5.	Овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	Самостоятельность и независимость в быту, знакомство с ТБ (обращение с электроприборами, правила поведения на дороге, в транспорте и при общении с незнакомыми людьми).
		Проявление активности и умение включаться в разнообразные повседневные дела.
		Способность брать на себя обязанности в школьной и домашней жизни.
		Участие в повседневной жизни класса, мероприятиях класса и школы.
		Умение ориентироваться в устройстве школьной жизни (пространство школы, расписание и т.п.).
		Понимание предназначения окружающих в быту предметов и вещей.
6.	Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия	Элементарные знания правил коммуникации.
		Способность инициировать и поддерживать коммуникацию с взрослым.
		Способность обращаться за помощью.
		Участие в коллективной и групповой работе сверстников, соблюдение норм коммуникации.
		Способность инициировать и поддерживать коммуникацию со сверстниками.
		Умение учитывать другое мнение в совместной работе.
		Умение в ситуации конфликта найти путь ненасильственного преодоления
		Умение вести разговор (начать, поддерживать, завершить)
		Умение выразить свои намерения, пожелания, опасения, благодарность, сочувствие.
		Умение корректно привлечь к себе внимание, выразить отказ и недовольство.
7.	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных	Знание правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми разного возраста и статуса.
		Понимание отношений в семье, своей роли в семье.
		Умение вступить в контакт и общаться в соответствии с воз-

	ролей	растом близостью и социальным статусом собеседника.
		Умение отстраниться от нежелательного контакта.
		Умение выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и др.
		Умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия в актуальных жизненных ситуациях.
8.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности	Принятие и осознание социальной роли ученика.
		Знание правил поведения в школе, прав и обязанностей ученика.
		Соблюдение правил внутришкольной жизни.
		Ориентация на образец поведения «хорошего ученика» как пример для подражания.
		Положительное отношение к школе и обучению.
		Проявление познавательной активности и заинтересованности на уроках.
		Проявление старательности и добросовестности в учебе.
9.	Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации	Адекватность бытового поведения с точки зрения опасности/безопасности для окружающих.
		Адекватность бытового поведения с точки зрения сохранности окружающей предметной и природной среды
		Способность к пониманию целостной и подробной картины окружающего мира, упорядоченной во времени и пространстве.
		Способность к освоению различных мест за пределами школы и дома.
		Умение накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира.
		Умение устанавливать взаимосвязь порядка природного и бытового уклада, вести себя сообразно этому пониманию (выбрать одежду, спланировать свои занятия в соответствии с сезоном и погодой, помыть грязные сапоги, и т.д.).
		Использование вещей в соответствии с их функциями, принятым порядком и характером ситуации.
10.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Соблюдение в повседневной жизни норм речевого этикета и правил устного общения (обращение, вежливые слова).
		Умение сотрудничать со взрослыми в разных социальных ситуациях.
		Почтительное отношение к родителям и близким, уважительное отношение к взрослым.
		Участие в коллективной и групповой работе сверстников, соблюдение норм коммуникации.
		Умение в ситуации конфликта найти путь ненасильственного преодоления.
		Умение учитывать другое мнение в совместной работе.
11.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Умение различать «красивое» и «некрасивое».
		Опрятность в одежде и аккуратность в делах.
		Участие в занятиях художественным творчеством.
		Умение ценить красивое вокруг себя.

		Способность оценивать «красиво» (эстетично) к результатам труда.
		Посещение культурных центров (кино, театр, концерты, выставки, музеи, парки и т.п.).
12.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей	Понимание и осознание нравственных норм, умение оценить свои и чужие поступки с точки зрения морально-нравственного поведения.
		Знание и соблюдение норм культурного поведения, Наличие культурных привычек.
		Проявление доброжелательности в отношении к окружающим людям.
		Проявление эмоциональной отзывчивости и сопереживание к чувствам других людей.
		Проявление готовности оказать помощь другим в делах класса.
13.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям	Соблюдение режима дня, умение распределять время отдыха и учебных занятий.
		Соблюдение санитарно-гигиенических правил ухода за собой.
		Регулярные занятия физкультурой и спортом.
		Отсутствие вредных привычек.
		Элементарные знания основ здорового образа жизни.
		Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
		Проявление бережного отношения к результатам своего и чужого труда.
		Проявление бережного отношения к книгам.
		Бережное отношение к школьному имуществу.
		Бережное отношение к природе (животным, растениям).

Предметные результаты

	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Должны знать	<ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «ДТП», «ПДД», «БДД», «ГИБДД» и др.; - основные элементы дороги; - виды светофоров; - дорожную разметку и дорожные знаки для пешеходов; - основные обязанности водителя мотоцикла и скутера; - значение дорожных знаков; - правила для велосипедистов; - действия при угрозе террористического акта; - способы ориентирования в лесу; - основные виды ЧС природного и техногенного и социального характера; - информацию о правильном питании, о видах СИЗ и СИЗОД; - правильную последовательность действий при обнаружении пожара 	<ul style="list-style-type: none"> - основные термины по разделам программы «ПДД», «ПБ», «ГО», «ЧС», «ОБЖ», «ЗОЖ», «МЧС» и др.; - основные элементы дороги, виды перекрестков, различать их на практике; - виды светофоров, их назначение; - группы дорожных знаков; - обязанности водителя скутера и мотоцикла, правила перевозки пассажиров на данных транспортных средствах; - правила дорожного движения для водителей велосипеда; - виды терроризма, последовательность правильных действий при угрозе террористического акта; - способы ориентирования в лесу, способы подачи сигналов бедствия; - виды ЧС природного, техногенного и социального характера и последовательность правильных действий при них;

	в школе и дома.	оказание первой помощи при различных травмах; - информацию о правильном питании, о видах СИЗ и СИЗОД; - правильную последовательность действий при обнаружении пожара в школе и дома.
Должны уметь	- различать виды светофоров, виды дорожной разметки; - соблюдать ПДД для пешехода, пассажира; - правильно действовать при угрозе террористического акта; - пользоваться первичными средствами пожаротушения; - определить основные элементы ЗОЖ.	- различать виды светофора, группы дорожных знаков и виды; - соблюдать ПДД разметки для пешеходов, водителей велосипеда, скутера, мотоцикла, пассажиров; - правильно действовать при угрозе террористического акта; - ориентироваться в лесу и подавать сигналы бедствия; - различать виды ЧС природного и техногенного характера, выбирать правильный алгоритм действий; - пользоваться средствами пожаротушения; - оказывать первую помощь при приступе эпилепсии, различных видах кровотечения, травматическом шоке; - определить основные элементы ЗОЖ.

5. Содержание учебного предмета.

№ разд.	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Правила дорожного движения.	Правила дорожного движения для пешеходов. Правила дорожного движения для пассажиров. Правила дорожного движения для водителей. Регулирование дорожного движения. Группы дорожных знаков. Дорожная этика. Контрольная работа за 1 четверть. Правила дорожного движения.	8
2	Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях.	Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Классификация ЧС природного характера. Классификация ЧС техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера. Город – источник опасности. Дом – источник опасности. Контрольная работа за 2 четверть. Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях.	8
3	Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей.	Травмы. Виды травм. Ожоги. Первая помощь при ожогах. Обморожения. Первая помощь при обморожениях. Переломы. Первая помощь при переломах. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях различного характера. Значение ЗОЖ в жизни человека. Движение – это жизнь. Разговор о правильном питании. Первая помощь и охрана здоровья детей.	10
4	Гражданская оборона.	Средства оповещения населения при угрозах различного характера. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. День защиты детей. Знаки пожарной безопасности. Правила эвакуации при возникновении по-	8

		жара в школе и дома. Контрольная работа за 3 четверть. Обобщающий урок по теме «Гражданская оборона». Правила безопасного поведения летом.	
Итого			34

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ раздела	Название раздела	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
1	Правила дорожного движения.	1. Правила дорожного движения для пешеходов.	Знать и различать правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей. Знать и различать формы регулирования дорожного движения, группы дорожных знаков. Определять опасные ситуации на дороге. Знать и выполнять правила дорожного движения для участников дорожного движения.
		2. Правила дорожного движения для пассажиров.	
		3. Правила дорожного движения для водителей.	
		4. Регулирование дорожного движения.	
		5. Группы дорожных знаков.	
		6. Дорожная этика.	
		7. Контрольная работа за 1 четверть.	
		8. Обобщающий урок по теме «Правила дорожного движения».	
2	Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях.	1. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.	Предпринимать меры предосторожности для обеспечения личной безопасности при различных террористических актах, при ЧС природного, социального и техногенного характера. Выбирать наиболее безопасный способ действия с учетом своих индивидуальных возможностей.
		2. Классификация ЧС природного характера.	
		3. Классификация ЧС техногенного характера.	
		4. Чрезвычайные ситуации социального характера.	
		5. Город – источник опасности.	
		6. Дом – источник опасности	
		7. Контрольная работа за 2 четверть.	
		8. Обобщающий урок по теме «Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях».	
3	Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей.	1. Ожоги. Первая помощь при ожогах.	Уметь оказывать первую помощь при различных видах кровотечений, при ожогах и обморожениях различной степени. Применять принципы здорового и правильного питания в жизни, соблюдать здоровый образ жизни. Знать и называть основные элементы здоровья и иммунитета.
		2. Обморожения. Первая помощь при обморожениях.	
		3. Виды кровотечений.	
		4. Первая помощь при кровотечениях различного характера.	
		5. Значение ЗОЖ в жизни человека.	
		6. Движение – это жизнь.	
		7. Влияние вредных привычек на здоровье человека.	
		8. Разговор о правильном питании.	
		9. Контрольная работа за 3 четверть.	

		10. Обобщающий урок по теме «Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей».	
4	Гражданская оборона.	1. Средства оповещения населения при угрозах различного характера.	Знать и различать виды СИЗОД, причины возникновения пожаров. Знать и различать основные этапы эвакуации населения при различных чрезвычайных ситуациях. Повторение и закрепление правил безопасного поведения во время летних каникул.
		2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	
		3. Средства индивидуальной защиты.	
		4. Средства коллективной защиты.	
		5. День защиты детей.	
		6. Контрольная работа за 4 четверть.	
		7.Обобщающий урок по теме «Гражданская оборона».	
		8. Правила безопасного поведения во время летних каникул.	

7. Описание материально-технического обеспечения

Учебники	Методические и учебные пособия	Дидактический материал	Электронные пособия	Другое
-----	<p>1. О.В.Павлова, Г.П.Попова «Пожарная безопасность».</p> <p>2. Л.А.Обухова, Н.А.Лемяскина «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья».</p> <p>3. В.И. Ковалько «Игровой модульный курс про ПДД или школьник вышел на улицу»</p> <p>4. В. Жаворонков «Азбука безопасности в чрезвычайных ситуациях».</p>	<p>Настольные игры: «БДД», «Внимание! Дорога!», «Дорожные знаки», «Правила дорожного движения».</p> <p>Тесты по основным темам.</p> <p>Плакаты: «Первая медицинская помощь», «Пожарная безопасность», «Транспорт», «Действия населения при стихийных бедствиях», «Действия населения при пожарах и катастрофах», «Меры безопасности при вынужденном автономном существовании в природной среде» и др.</p>	<p>1. Соц. сеть работников образования. http://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo</p> <p>2. Современный учительский портал. http://easyen.ru/</p> <p>3. Копилка уроков. http://kopilkaurokov.ru/</p> <p>4. Метод – копилка. http://metodkopilka.ru/</p> <p>6. Открытый класс. http://www.openclass.ru/</p>	<p>1. Презентации по основным разделам программы «Правила дорожного движения», «ЗОЖ», «Гражданская оборона», «ЧС».</p> <p>2. Игра - приложение «Разговор о правильном питании».</p> <p>3. Игра – приложение «ПДД».</p> <p>3. Интерактивные игры в формате презентаций: «Территория безопасности 1 четверть», «Территория безопасности 2 четверть», «Территория безопасности ГО».</p> <p>Игры, приложения, материал для изучения для смартфонов, разработанный на онлайн сервисах: https://www.jotform.com/ - Онлайн сервис создания учебных приложений для смартфонов. https://visper.tech/ - онлайн сервис для создания виртуального персонажа для презентаций. https://www.umaigra.com/ - онлайн инструмент для создания интерактивных дидактических игр. https://learningapps.org/ - онлайн сервис для создания небольших общедоступных интерактивных модулей (упражнений)</p>

8. Контрольно – измерительные материалы

Контрольная работа за 1 четверть Раздел «Правила дорожного движения» Достаточный уровень

Задание 1 – выполните тест:

1. **Имеет ли право велосипедист ехать по проезжей части дороги, если рядом есть велосипедная дорожка?**
 - А) имеет право
 - Б) не имеет права
 - В) имеет право, если на велосипедной дорожке идут много пешеходов
2. **По какой полосе можно проехать на велосипеде?**
 - А) по любой в один ряд, возможно правее
 - Б) как можно ближе к правому краю проезжей части
 - В) по любой в один ряд
3. **В каких случаях Правила разрешают водителю и пассажирам автомобилей, оборудованных ремнями безопасности, не пристегиваться ими?**
 - А) если автомобиль движется со скоростью не более 40 км/ч
 - Б) при движении в населенных пунктах на учебной машине
 - В) ни в каких
4. **В каком возрасте разрешается езда на мопеде по дорогам общего пользования?**
 - А) с 14 лет
 - Б) с 16 лет
 - В) с 18 лет
5. **Что означает мигание зеленого сигнала пешеходного светофора?**
 - А) нарушение контакта в светофоре
 - Б) переходить дорогу запрещается
 - В) время зеленого сигнала истекает, и сейчас будет включен запрещающий сигнал.
6. **Где следует переходить дорогу, если обозначенного пешеходного перехода нет?**
 - А) на перекрестках по линии тротуаров или обочин
 - Б) в любом месте, если поблизости нет перекрестка и дорога просматривается в обе стороны
 - В) во всех перечисленных случаях
7. **Где разрешается пешеходам пересекать железнодорожные пути?**
 - А) на переезде, а при его отсутствии — в местах, где видимость в обоих направлениях не менее 1000 м.
 - Б) в местах, наиболее удобных с точки зрения пешехода.
 - В) не ближе 1000 м от железнодорожной станции.
8. **Разрешается ли водителю мотоцикла перевозить пассажира на заднем сиденье?**
 - А) не разрешается
 - Б) разрешается только ребенка до 7 лет
 - В) разрешается, если ребенок старше 12 лет
9. **Какие грузы запрещается перевозить на велосипеде и мопеде?**
 - А) любые грузы
 - Б) грузы, мешающие управлению или выступающие более чем на 0,5 м по длине и ширине за габариты транспортного средства
 - В) грузы весом более 10 кг
10. **Разрешается ли переходить дорогу с разделительной полосой вне пешеходного перехода?**
 - А) разрешается
 - Б) разрешается, если сделать это осторожно
 - В) не разрешается.
11. **Пешеход переходит дорогу в неполюженном месте. Сотрудник ГИБДД имеет право:**

А) остановить и предупредить его.

Б) оштрафовать нарушителя.

В) арестовать нарушителя

12. Как должен поступить пешеход, если он при переключении светофора на желтый сигнал не успел дойти до середины проезжей части?

А) продолжить переход

Б) вернуться обратно на тротуар

В) дойти до середины проезжей части и ожидать там зеленого сигнала

13. Разрешается ли переходить дорогу по проезжей части, если в этом месте есть подземный переход?

А) разрешается

Б) не разрешается

В) пешеход действует по своему усмотрению

14. Что сказано в Правилах о переходе дороге, если приближается автомобиль с проблесковым маячком или специальным сигналом?

А) воздерживаться от выхода на проезжую часть

Б) можно переходить дорогу, не мешая этому автомобилю

В) быстро перебежать дорогу

15. Расшифруйте ГИБДД:

А) городская инспекция безопасности дорожного движения

Б) государственная инструкция безопасности дорожного движения

В) государственная инспекция безопасности дорожного движения

16. Что должны, по возможности, предпринять пешеходы при движении по загородной дороге в темное время суток и в условиях недостаточной видимости?

А) идти, по возможности придерживаясь правой стороны, по ходу движения транспортных средств

Б) идти навстречу движению транспортных средств, надеть яркую нарукавную повязку или прикрепить к своей одежде световозвращающие элементы

В) идти, придерживаясь правой стороны и освещая дорогу фонариком

17. Что означает термин «Недостаточная видимость?»

А) видимость дороги менее 10 м в темное время суток

Б) дождь, снегопад, сумерки

В) видимость дороги менее 300 м в условиях тумана, дождя, снегопада, а также в сумерки

18. Перечислите виды дорожной разметки:

А) сплошная, прерывистая

Б) вертикальная, горизонтальная

В) белая, желтая

19. Какие опасности поджидают пешехода и водителя на осенней дороге?

А. туман, гололед, дождь

Б. Плохая видимость из-за снега с ветром

В. Яркое солнце

20. Что такое ДТП?

А. дорожно-транспортное путешествие

Б. дорожно-транспортное происшествие

В. Дорожно-транспортное приключение

2. Ответьте на вопросы:

1. Кто является участниками дорожного движения? _____

2. Назовите 2 основных типа светофоров. _____

3. Какие виды дорожной разметки вы знаете? _____

4. Вспомните и запишите по пять дорожных знаков для пешехода и водителя.

3. Заполните таблицу.

<i>Дорожный знак</i>	<i>Название дорожного знака</i>	<i>Группа дорожных знаков</i>
		
		
		
		
		
		
		
		

1. Выполните тест:

Минимальный уровень

- 1. Имеет ли право велосипедист ехать по проезжей части дороги, если рядом есть велосипедная дорожка?**
 - А) имеет право
 - Б) не имеет права
- 2. По какой полосе можно проехать на велосипеде?**
 - А) по любой в один ряд, возможно правее
 - Б) как можно ближе к правому краю проезжей части
- 3. В каком возрасте разрешается езда на мопеде по дорогам общего пользования?**
 - А) с 14 лет
 - Б) с 16 лет
- 4. Что означает мигание зеленого сигнала пешеходного светофора?**
 - А) нарушение контакта в светофоре
 - Б) время зеленого сигнала истекает, и сейчас будет включен запрещающий сигнал.
- 5. Где разрешается пешеходам пересекать железнодорожные пути?**
 - А) на переезде, а при его отсутствии — в местах, где видимость в обоих направлениях не менее 1000 м.
 - Б) в местах, наиболее удобных с точки зрения пешехода.
- 6. Разрешается ли водителю мотоцикла перевозить пассажира на заднем сиденье?**
 - А) разрешается только ребенка до 7 лет
 - Б) разрешается, если ребенок старше 12 лет
- 7. Какие грузы запрещается перевозить на велосипеде и мопеде?**
 - А) любые грузы
 - Б) грузы, мешающие управлению или выступающие более чем на 0,5 м по длине и ширине за габариты транспортного средства
- 8. Разрешается ли переходить дорогу с разделительной полосой вне пешеходного перехода?**
 - А) разрешается
 - Б) не разрешается.
- 9. Пешеход переходит дорогу в неполюженном месте. Сотрудник ГИБДД имеет право:**
 - А) остановить и предупредить его.
 - Б) оштрафовать нарушителя.
- 10. Как должен поступить пешеход, если он при переключении светофора на желтый сигнал не успел дойти до середины проезжей части?**
 - А) вернуться обратно на тротуар
 - Б) дойти до середины проезжей части и ожидать там зеленого сигнала
- 11. Разрешается ли переходить дорогу по проезжей части, если в этом месте есть подземный переход?**
 - А) разрешается
 - Б) не разрешается
- 12. Что сказано в Правилах о переходе дороге, если приближается автомобиль с проблесковым маячком или специальным сигналом?**
 - А) воздерживаться от выхода на проезжую часть
 - Б) можно переходить дорогу, не мешая этому автомобилю
- 13. Расшифруйте ГИБДД:**
 - А) городская инспекция безопасности дорожного движения
 - Б) государственная инспекция безопасности дорожного движения
- 14. Что должны, по возможности, предпринять пешеходы при движении по загородной дороге в темное время суток и в условиях недостаточной видимости?**
 - А) идти, по возможности придерживаясь правой стороны, по ходу движения транспортных средств
 - Б) идти навстречу движению транспортных средств, надеть яркую нарукавную повязку или прикрепить к своей одежде световозвращающие элементы

15. Что означает термин «Недостаточная видимость?»

А) дождь, снегопад, сумерки

Б) видимость дороги менее 300 м в условиях тумана, дождя, снегопада, а также в сумерки

16. Перечислите виды дорожной разметки:

А) сплошная, прерывистая

Б) вертикальная, горизонтальная

17. Какие опасности поджидают пешехода и водителя на осенней дороге?

А. туман, гололед, дождь

Б. Яркое солнце

18. Что такое ДТП?

А. дорожно-транспортное путешествие

Б. дорожно-транспортное происшествие

2. Ответьте на вопросы:

1. Кто является участниками дорожного движения? _____

2. Назовите 2 основных типа светофоров. _____

3. Какие виды дорожной разметки вы знаете? _____

3. Заполните таблицу.

<i>Дорожный знак</i>	<i>Название дорожного знака</i>
	
	
	
	
	
	
	



Контрольная работа за 2 четверть

Раздел «Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях».

Минимальный уровень

Задание 1 – выполните тестирование:

1. Какое определение террористического акта наиболее верное?

А - Это совершение взрыва, который создает опасность гибели человека.

Б - совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека.

2. Какое определение «техногенной аварии» наиболее точное?

а) это происшествие техногенного характера, которое несет в себе угрозу здоровью людей и экологии.

б) это происшествие техногенного характера, которое может привести к разрушению зданий и объектов и массовой гибели людей.

3. ЧС социального характера - это

а) кража, авария на заводе, наводнение;

б) кража, террористический акт, алкоголизм, наркомания;

4. Чем авария отличается от катастрофы:

А) в катастрофе люди гибнут, а в аварии нет

Б) в аварии люди гибнут, а в катастрофе нет

5. Перечислите первичные средства пожаротушения:

А) пожарная машина;

Б) одеяло, песок, вода, пожарный щит

6. К стихийным бедствиям относятся:

А) ураган, землетрясение, лесной пожар, извержение вулкана

Б) дождь, снег, молния, гроза

7. Какое наказание будет за заведомо ложное сообщение о взрыве по телефону?

А – штраф от 200 000 рублей;

Б – обязательные исправительные работы на срок 1-2 года.

8. Что надо делать при обнаружении подозрительного предмета?

А) открыть и посмотреть, что там находится;

Б) сообщить взрослым или позвонить в полицию;

9. Порошковые огнетушители применяются для тушения:

а) возгораний твердых материалов, кроме возгораний электроприборов;

б) возгорания электроустановок под напряжением;

10. Что следует делать при пожаре в здании в первую очередь:

а) оповестить о пожаре людей, находящихся в здании;

б) сообщить о пожаре по телефону 101;

Задание 2 – Распредели термины и определения с помощью стрелок.

Стихийные бедствия	Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии или катастрофы, которые повлекли или могут повлечь человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности
Чрезвычайная ситуация (ЧС)	Опасные природные явления, возникают в местах проживания человека и создают угрозу его жизни и здоровья.

Задание 3 – впиши недостающие слова в текст.

Достаточный уровень

1. Какое определение террористического акта наиболее верно?

А - Это совершение взрыва, который создает опасность гибели человека.

Б - Это совершение поджога или захват заложников, которые создают опасность гибели человека.

В - совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека.

2. Какое определение «техногенной аварии» наиболее точное?

а) это повреждение механизма и оборудования на заводе;

б) это происшествие техногенного характера, которое несет в себе угрозу здоровью людей и экологии.

в) это происшествие техногенного характера, которое может привести к разрушению зданий и объектов и массовой гибели людей.

3. ЧС социального характера - это

а) кража, авария на заводе, наводнение;

б) кража, террористический акт, алкоголизм, наркомания;

в) табакокурение, туберкулез.

4. Чем авария отличается от катастрофы:

А) в катастрофе люди гибнут, а в аварии нет

Б) в аварии люди гибнут, а в катастрофе нет

В) ничем не отличаются

5. Перечислите первичные средства пожаротушения:

А) пожарная машина;

Б) огнетушитель пенный и углекислотный;

В) одеяло, песок, вода, пожарный щит

6. К стихийным бедствиям относятся:

А) ураган, землетрясение, лесной пожар, извержение вулкана

Б) столкновение автомобилей, авария на заводе, пожар в квартире

В) дождь, снег, молния, гроза

8. Какое наказание будет за заведомо ложное сообщение о взрыве по телефону?

А – штраф от 200 000 рублей;

Б – обязательные исправительные работы на срок 1-2 года.

В – арест на срок от 3 до 6 месяцев.

8. Что надо делать при обнаружении подозрительного предмета?

А) открыть и посмотреть, что там находится;

Б) сообщить взрослым или позвонить в полицию;

В) убежать подальше от предмета.

9. Порошковые огнетушители применяются для тушения:

а) возгораний твердых материалов, кроме возгораний электроприборов;

б) возгорания электроустановок под напряжением;

в) всех классов пожаров.

10. Что следует делать при пожаре в здании в первую очередь:

а) оповестить о пожаре людей, находящихся в здании;

б) сообщить о пожаре по телефону 101;

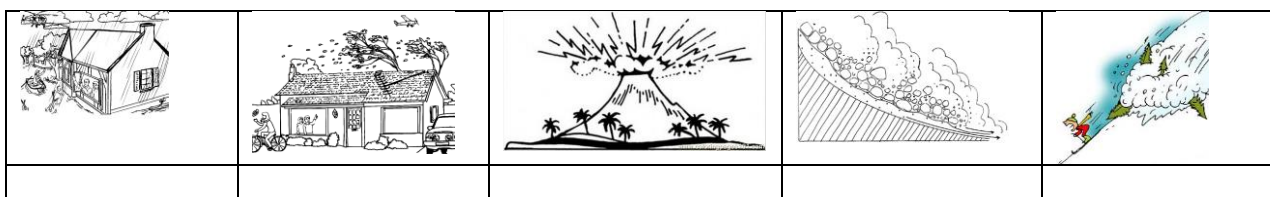
в) попробовать потушить пожар подручными средствами

Задание 2 – Распредели термины и определения с помощью стрелок.

Авария	Это авария, которая повлекла за собой человеческие жертвы.
--------	--

Стихийные бедствия	событие техногенного характера, заключающееся в повреждении, выходе из строя, разрушении технического устройства или сооружения во время его работы
Катастрофа	Обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии или катастрофы, которые повлекли или могут повлечь человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности
Чрезвычайная ситуация (ЧС)	Опасные природные явления, возникают в местах проживания человека и создают угрозу его жизни и здоровья.

Задание 3 – обведи карандашом стихийные бедствия, которые могут быть в Удмуртии и подпиши их.



Контрольная работа за 3 четверть

Раздел «Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей».

Минимальный уровень

Задание 1 – Ответь на вопросы теста.

1. К закрытым повреждениям организма человека относятся:

- А) вывихи, ушибы
- Б) порезы, уколы

2. Укажите, какую роль играют витамины в развитии человека:

- А) являются главным источником энергии
- Б) обеспечивают устойчивость организма к болезням

3. Первая помощь при ожоге 2 степени ?

- А) наложить повязку, проколоть пузырь, обратиться к врачу
- Б) наложить повязку, положить лед, вызвать врача

4. Перечислите простудные заболевания:

- А) дизентерия, холера
- Б) бронхит, ОРЗ, грипп

5. Первая помощь при обморожении первой степени:

- А) согреть в теплой воде, наложить повязку
- Б) растереть обмороженное место руками, наложить повязку

6. Первая помощь при переломе:

- А) наложить шину, доставить в больницу
- Б) попробовать поставить кость на место

7. Какие основные действия при оказании ПП при венозном кровотечении?

- А) наложить жгут, доставить в больницу
- Б) сделать давящую повязку, обратиться к врачу

8. Признаки обморожения 2 степени:

- А) покраснение, образование волдырей с кровавой жидкостью внутри
- Б) покраснение, образование волдырей со светлой жидкостью внутри

9. Побелевшее место в результате воздействия на организм человека холода и ветра

— это:

- А) переохлаждение
- Б) обморожение

10. На какое максимально возможное время можно накладывать кровоостанавливающий жгут?

- А) Летом не более чем на 1 час, зимой на 2 часа.
- Б) Летом не более чем на 2 час, зимой на 1 час.

Задание 2 – Заполни таблицу (по 3 примера в каждом).

Закрытые травмы	
Простудные заболевания	
Полезные продукты	
Вредные продукты	
Открытые травмы	
Инфекционные заболевания	

Задание 3 – найдите в таблице 9 слов, связанных с темой «Оказание ПШ и охрана здоровья детей»

п	р	о	л	к	р	о	в	Ь	у
о	л	в	р	а	ч	ж	э	л	ш
т	р	а	в	м	а	л	д	о	и
а	а	р	т	е	р	и	я	ж	б
п	н	п	о	р	е	з	р	о	д
ы	а	б	о	л	ь	д	ж	г	э

Достаточный уровень

Задание 1 – Ответь на вопросы теста.

1. К закрытым повреждениям организма человека относятся:

- А) вывихи, ушибы
- Б) порезы, уколы
- В) царапины, ссадины

9. Укажите, какую роль играют витамины в развитии человека:

- А) являются главным источником энергии
- Б) обеспечивают устойчивость организма к болезням
- В) являются строительным материалом

10. Первая помощь при ожоге 2 степени ?

- А) подержать под холодной водой, наложить повязку и обратиться к врачу
- Б) наложить повязку, проколоть пузырь, обратиться к врачу
- В) наложить повязку, положить лед, вызвать врача

11. Перечислите простудные заболевания:

- А) дизентерия, холера
- Б) бронхит, ОРЗ, грипп
- В) ветрянка, корь

12. Первая помощь при обморожении первой степени:

- А) согреть в теплой воде, наложить повязку

- Б) растереть обмороженное место руками, наложить повязку
- В) дать горячий чай, вызвать врача

13. Первая помощь при переломе:

- А) наложить шину, доставить в больницу
- Б) попробовать поставить кость на место
- В) туго забинтовать

14. Какие основные действия при оказании ПП при венозном кровотечении?

- А) наложить жгут, доставить в больницу
- Б) обработать рану, использовать пластырь
- В) сделать давящую повязку, обратиться к врачу

15. Признаки обморожения 2 степени:

- А) покраснение, образование волдырей с кровавой жидкостью внутри
- Б) покраснение, образование волдырей со светлой жидкостью внутри
- В) покраснение, сильная боль

9. Побелевшее место в результате воздействия на организм человека холода и ветра — это:

- А) переохлаждение
- Б) обморожение
- В) ожог

10. На какое максимально возможное время можно накладывать кровоостанавливающий жгут?

- А) Летом не более чем на 1 час, зимой на 2 часа.
- Б) Летом не более чем на 2 час, зимой на 1 час.
- В) Летом не более чем на 1 час, зимой наложить давящую повязку

Задание 2 – Заполни таблицу (по 5 примеров в каждом).

Закрытые травмы	
Простудные заболевания	
Полезные продукты	
Вредные продукты	
Открытые травмы	
Инфекционные заболевания	

Задание 3 – исправьте ошибки.

Задание 3 – найдите в таблице 9 слов, связанных с темой «Оказание ПП и охрана здоровья детей»

п	р	о	л	к	р	о	в	б	у
о	л	в	р	а	ч	ж	э	л	ш
т	р	а	в	м	а	л	д	о	и
а	а	р	т	е	р	и	я	ж	б
п	н	п	о	р	е	з	р	о	д
ы	а	б	о	л	ь	д	ж	г	э

Раздел «Гражданская оборона»
Минимальный уровень

1. Ответь на вопросы теста.

- 1. К индивидуальным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**
А) убежища и укрытия
Б) противогазы и респираторы
- 2. Что необходимо взять с собой при эвакуации?**
А) теплые вещи, документы, пищу, воду
Б) документы и деньги
- 3. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспорта означают специальный предупредительный сигнал:**
А) «Внимание всем!»
Б) «Внимание! Опасность!»
- 4. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?**
А) служба городского пассажирского транспорта
Б) МЧС, «Скорая помощь», полиция
- 5. К коллективным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**
А) убежища и укрытия
Б) противогазы и респираторы
- 6. Противогаз предназначен для защиты:**
А) органов дыхания, органов зрения, кожи лица
Б) волос
- 7. Расшифруйте ГО:**
А) гражданская осада
Б) гражданская оборона
- 8. При объявлении эвакуации граждане должны взять с собой:**
А) теплые вещи, документы, пищу, воду
Б) документы и деньги
- 9. Что такое экология?**
А) наука о воздухе
Б) наука об окружающем
- 10. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия?**
А) это сигнал «Внимание всем!». Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение
Б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище

Задание 2 –Впиши в текст слова ПРИ производственной аварии на опасных объектах, при угрозе или возникновении ЧС техногенного характера, после предупредительного сигнала «_____, всем!» надо включить _____, радио или телефон и прослушать информацию. Уходя из дома, при эвакуации надо: перекрыть _____ и _____, выключить нагревательные приборы и погасить свет, взять наиболее ценные вещи и деньги, запас _____ и воды на 1-2 дня. Если произошла авария с выбросом хлора в воздух (он тяжелее воздуха), необходимо _____. Если произошла авария с выбросом аммиака (он легче воздуха), то надо _____.

_____.

Главное правило при возникновении чрезвычайной ситуации – _____ панике.

Достаточный уровень

1. Ответь на вопросы теста.

- 3. К индивидуальным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**

- А) убежища и укрытия
- Б) противогазы и респираторы
- В) собственная квартира

4. Что необходимо взять с собой при эвакуации?

- А) теплые вещи, документы, пищу, воду
- Б) документы и деньги
- В) пищу и воду

3. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспорта означают специальный предупредительный сигнал:

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

5. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?

- А) служба городского пассажирского транспорта
- Б) городская справочная служба
- В) МЧС, «Скорая помощь», полиция

5. К коллективным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:

- А) убежища и укрытия
- Б) противогазы и респираторы
- В) средства защиты кожи

11. Противогаз предназначен для защиты:

- А) органов дыхания, органов зрения, кожи лица
- Б) волос
- В) органов слуха

12. Расшифруйте ГО:

- А) гражданская осада
- Б) государственная оборона
- В) гражданская оборона

13. При объявлении эвакуации граждане должны взять с собой:

- А) теплые вещи, документы, пищу, воду
- Б) документы и деньги
- В) пищу и воду

14. Что такое экология?

- А) наука о воздухе
- Б) наука об окружающем
- В) наука о животных

15. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия?

- А) это сигнал «Внимание всем!». Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение
- Б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище
- В) это сигнал «Радиоактивная опасность», вы плотно закроете все форточки и двери

Задание 2 – выпиши недостающие слова в текст.

ПРИ производственной аварии на опасных объектах, при угрозе или возникновении ЧС техногенного характера, после предупредительного сигнала «Внимание, всем!» надо включить _____ или _____ и прослушать информацию.

В любом случае, не зависимо от характера и масштабов чрезвычайной ситуации, при объявлении эвакуации необходимо: перекрыть _____, выключить нагревательные приборы и погасить _____, одеть детей, взять _____, наиболее ценные вещи и деньги, запас _____ Взять вещи, закрыть квартиру (дом).

Если произошла авария с выбросом хлора в воздух (он тяжелее воздуха), необходимо _____ . Если произошла авария с выбросом аммиака (он легче воздуха), то надо _____ .

Главное правило при возникновении чрезвычайной ситуации – _____ панике.

Задание 4 – расшифруйте термины:

ПБ – это
ЧС –
СИЗОД –
ГО -