

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

11 класс

## **ОБЖ**

### **11 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 11 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
<b>Должны знать</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- значение терминов «ДТП», «ПДД», «БДД», «ГИБДД» и др.;</li> <li>- основные элементы дороги;</li> <li>- виды светофоров;</li> <li>- дорожную разметку и дорожные знаки для пешеходов;</li> <li>- основные обязанности водителя мотоцикла и скутера;</li> <li>- правила для велосипедистов;</li> <li>- действия при угрозе террористического акта;</li> <li>- основные виды ЧС природного, техногенного и биолого-социального характера;</li> <li>- информацию о правильном и здоровом питании;</li> <li>- общие правила оказания первой помощи;</li> <li>- правильную последовательность действий при обнаружении пожара</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные термины по разделам программы «ПДД», «ПБ», «ГО», «ЧС», «ОБЖ», «ЗОЖ», «МЧС» и др.;</li> <li>- основные элементы дороги, виды перекрестков, различать их на практике;</li> <li>- виды светофоров, их назначение;</li> <li>- группы дорожных знаков;</li> <li>- обязанности водителя скутера и мотоцикла, правила перевозки пассажиров на данных транспортных средствах;</li> <li>- правила дорожного движения для водителей велосипеда;</li> <li>- виды терроризма и экстремизма, последовательность правильных действий при угрозах различного характера;</li> <li>- виды ЧС природного, техногенного и биолого-социального характера и последовательность правильных действий при них;</li> <li>- оказание первой помощи при различных травмах;</li> </ul>

	<p>в школе и дома;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды индивидуальной и коллективной защиты.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- информацию о правильном и здоровом питании;</li> <li>- правильную последовательность действий при обнаружении пожара в школе и дома;</li> <li>- общие правила оказания первой помощи;</li> <li>- виды индивидуальной и коллективной защиты.</li> </ul>
<b>Должны уметь</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- различать виды светофоров, виды дорожной разметки;</li> <li>- соблюдать ПДД для пешехода, пассажира, водителя велосипеда;</li> <li>- правильно действовать при угрозе террористического акта;</li> <li>- определять виды ЧС природного, техногенного и биолого-социального характера;</li> <li>- определять общие правила оказания первой помощи;</li> <li>- правильно действовать при обнаружении пожара в школе и дома.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- различать виды светофора, группы дорожных знаков и виды дорожной разметки;</li> <li>- соблюдать ПДД разметки для пешеходов, водителей велосипеда, скутера, мотоцикла, пассажиров;</li> <li>- правильно действовать при угрозе террористического акта;</li> <li>- различать виды ЧС природного, техногенного биолого-социального характера, выбрать правильный алгоритм действий;</li> <li>- оказывать первую помощь при различных травмах;</li> <li>- определять общие правила оказания первой помощи;</li> <li>- правильно действовать при обнаружении пожара в школе и дома.</li> </ul>

### 5. Содержание учебного предмета.

№ разд.	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Правила дорожного движения.	Изменения и дополнения в действующие правила дорожного движения. Дорожно-транспортный травматизм. Дорожные ловушки. Внимательность на дороге. Современный водитель. Современный пешеход. Контрольная работа за 1 четверть. Обобщающий урок по теме «Правила дорожного движения».	8
2	Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях.	Что такое экстремизм. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с антитеррористической безопасностью. Влияние погодных условий на безопасность человека. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Безопасность в информационной среде. Как не стать жертвой кибербуллинга. Контрольная работа за 2 четверть. Обобщающий урок по теме «Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях».	8
3	Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей.	Общие правила оказания первой помощи. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути. Первая помощь при различных видах кровотечений. Первая помощь при укусе змеи. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. Разговор о правильном и здоровом питании. Здоровье человека. Контрольная работа за 3 четверть. Обобщающий урок по теме «Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей».	10

4	Гражданская оборона.	Система управления гражданской обороной. Структура и основные задачи МЧС. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. Организация эвакуации населения. Контрольная работа за 4 четверть. Обобщающий урок по теме «Гражданская оборона». Правила безопасного поведения во время летних каникул.	8
<b>Итого</b>			<b>34</b>

**6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.**

№ раздела	Название раздела	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
1	Правила дорожного движения.	1. Изменения и дополнения в действующие правила дорожного движения.	Знать и различать правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей. Знать причины ДДТТ, изменения в ПДД. Определять опасные ситуации на дороге, «дорожные ловушки». Знать и выполнять правила дорожного движения для участников дорожного движения.
		2. Дорожно-транспортный травматизм.	
		3. Дорожные ловушки.	
		4. Внимательность на дороге.	
		5. Современный водитель.	
		6. Современный пешеход.	
		7. Контрольная работа за 1 четверть.	
		8. Обобщающий урок по теме «Правила дорожного движения».	
2	Условия безопасного поведения человека в Чрезвычайных Ситуациях.	1. Что такое экстремизм.	Предпринимать меры предосторожности для обеспечения личной безопасности при различных террористических актах, в информационной среде, при ЧС природного, биологосоциального и техногенного характера. Выбирать наиболее безопасный способ действия с учетом своих индивидуальных возможностей.
		2. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с антитеррористической безопасностью.	
		3. Влияние погодных условий на безопасность человека.	
		4. Чрезвычайные ситуации биологосоциального характера.	
		5. Безопасность в информационной среде.	
		6. Как не стать жертвой кибербуллинга.	
		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. Общие правила оказания первой помощи.	Уметь оказывать первую помощь при различных видах кровотечений, при укусе змеи и утоплении, при попадании инородного тела в дыхательные пути. Применять принципы здорового и правильного питания в жизни, соблюдать здоровый образ жизни. Знать и называть общие правила оказания первой помощи.
		2. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	
		3. Первая помощь при различных видах кровотечений.	
		4. Первая помощь при укусе змеи.	
		5. Первая помощь при утоплении.	
		6. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.	
		7. Разговор о правильном и здоровом питании.	
		8. Здоровье человека.	



		9. Контрольная работа за 3 четверть.	
		10. Обобщающий урок по теме «Основы оказания первой помощи и охрана здоровья детей».	
4	Гражданская оборона.	1. Система управления гражданской обороной.	Знать и различать виды индивидуальной и коллективной защиты, последовательность и правила эвакуации населения, структуру управления гражданской обороны. Повторение и закрепление правил безопасного поведения во время летних каникул.
		2. Структура и основные задачи МЧС.	
		3. Средства индивидуальной защиты.	
		4. Средства коллективной защиты.	
		5. Организация эвакуации населения.	
		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. <a href="http://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo">http://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo</a></p> <p>2. Современный учительский портал. <a href="http://easyen.ru/">http://easyen.ru/</a></p> <p>3. Копилка уроков. <a href="http://kopilkaurokov.ru/">http://kopilkaurokov.ru/</a></p> <p>4. Метод – копилка. <a href="http://metodkopilka.ru/">http://metodkopilka.ru/</a></p> <p>6. Открытый класс. <a href="http://www.openclass.ru/">http://www.openclass.ru/</a></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: <a href="https://www.jotform.com/">https://www.jotform.com/</a> - Онлайн сервис создания учебных приложений для смартфонов. <a href="https://visper.tech/">https://visper.tech/</a> - онлайн сервис для создания виртуального персонажа для презентаций. <a href="https://www.umaigra.com/">https://www.umaigra.com/</a> - онлайн инструмент для создания интерактивных дидактических игр. <a href="https://learningapps.org/">https://learningapps.org/</a> - 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

#### 1. Выполните тест:

##### 1. 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

##### 2. Какие признаки у вывиха в суставе?

- А) боль, изменение формы сустава, неправильное положение конечности, отсутствие движений в суставе
- Б) боль, припухлость, патологическая подвижность
- В) боль, покраснение кожных покровов, припухлость, высокая температура тела

##### 3. Как оказать первую помощь при ожоге 2 степени?

- А) вскрыть пузыри, наложить повязку
- Б) пузыри не вскрывать, наложить мягкую стерильную повязку
- В) наложить повязку из любой материи

##### 4. Как ты будешь переходить дорогу, если опаздываешь?

- А) шагом
- Б) бегом
- В) шагом, предварительно приостановившись для наблюдения

##### 5. Какие дополнительные сложности необходимо учитывать в дождливую погоду?

- А) у транспортных средств удлиняется тормозной путь, ухудшается видимость
- Б) пешеходу видеть дорогу мешает зонт или капюшон, водители могут объезжать лужи, меняя траекторию движения
- В) все вышеперечисленное верно

##### 6. Какие «бытовые» привычки опасны на дороге?

- А) болтать во время движения, оглядываться на оклик товарища
- Б) внезапно выбегать из-за кустов, из-за углов дома или из-за других препятствий
- В) все вышеперечисленное верно

##### 7. Что делать, если во время перехода уронил предмет?

- А) быстро поднять предмет и продолжить движение
- Б) сначала посмотреть в обе стороны, потом поднять предмет, убедившись, что опасности нет
- В) оставить предмет на дороге

##### 8. Ты подошел к перекрестку. На светофоре горит зеленый сигнал. Как долго - ты не знаешь. Как безопаснее поступить в этой ситуации?

- А) перейти дорогу, соблюдая обычные меры предосторожности, если во время перехода загорится красный сигнал - переждать на середине
- Б) быстро перебежать через проезжую часть
- В) дождаться следующего зеленого сигнала

##### 9. Как безопасно переходить дорогу, выйдя из автобуса?

- А) сзади автобуса
- Б) дождаться, когда автобус отойдет от остановки на достаточное расстояние, и перейти
- В) спереди автобуса

##### 10. Когда можно выходить на проезжую часть для посадки в трамвай на трамвайных остановках, оборудованных посадочными площадками?

- А) при приближении трамвая
- Б) после полной остановки трамвая
- В) при приближении трамвая, если на проезжей части нет транспортных средств

**11. 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) только на железнодорожных переездах

**12. Чем опасен кустарник, растущий у дороги?**

- А) ничем
- Б) он закрывает обзор дороги в одну сторону, пешеход не видит транспортные средства
- В) осенью опадающая листва удлиняет тормозной путь

**13. Разрешается ли перевозка детей на переднем сиденье легкового автомобиля?**

- А) разрешается перевозка детей в возрасте не моложе 7 лет
- Б) разрешается перевозка детей до 12 лет при наличии специального детского сиденья
- В) разрешается независимо от возраста при наличии взрослого пассажира

**14. Что называется остановочным путем?**

- А) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до начала торможения
- Б) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до остановки
- В) расстояние, пройденное автомобилем с начала поездки

**15. Что называется тормозным путем?**

- А) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до полной остановки.
- Б) расстояние, пройденное автомобилем с момента нажатия на педаль тормоза до полной остановки
- В) расстояние, пройденное автомобилем с начала поездки

**16. Какую ответственность несет виновник ДТП, если при этом погиб человек?**

- А) никакой
- Б) административную ответственность
- В) уголовную ответственность

**17. Как могут наказать человека, который портит дорожные знаки?**

- А) никак
- Б) оштрафовать
- В) посадить в тюрьму

**18. От чего зависит длина тормозного пути?**

- А) от массы автомобиля и его скорости, от состояния дороги
- Б) от скорости автомобиля
- В) от качества бензина

**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>
		
		
		
		
		
		
		
		
		

**Минимальный уровень**

1. Что означает термин «Недостаточная видимость?»

А) дождь, снегопад, сумерки

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

**2. Какие признаки у вывиха в суставе?**

А) боль, изменение формы сустава, неправильное положение конечности, отсутствие движений в суставе

Б) боль, припухлость, патологическая подвижность

**3. Как оказать первую помощь при ожоге 2 степени?**

А) вскрыть пузыри, наложить повязку

Б) пузыри не вскрывать, наложить мягкую стерильную повязку

**4. Как ты будешь переходить дорогу, если опаздываешь?**

А) бегом

Б) шагом, предварительно приостановившись для наблюдения

**5. Какие дополнительные сложности необходимо учитывать в дождливую погоду?**

А) у транспортных средств удлиняется тормозной путь, пешеходу видеть дорогу мешает зонт или капюшон, водители могут объезжать лужи, меняя траекторию движения

Б) все вышеперечисленное верно

**6. Какие «бытовые» привычки опасны на дороге?**

А) болтать во время движения, оглядываться на оклик товарища, внезапно выбегать из-за кустов, из-за углов дома или из-за других препятствий

Б) все вышеперечисленное верно

**7. Что делать, если во время перехода уронил предмет?**

А) быстро поднять предмет и продолжить движение

Б) сначала посмотреть в обе стороны, потом поднять предмет, убедившись, что опасности нет

**8. Ты подошел к перекрестку. На светофоре горит зеленый сигнал. Как долго - ты не знаешь. Как безопаснее поступить в этой ситуации?**

А) перейти дорогу, соблюдая обычные меры предосторожности, если во время перехода загорится красный сигнал - переждать на середине

Б) дождаться следующего зеленого сигнала

**9. Как безопасно переходить дорогу, выйдя из автобуса?**

А) сзади автобуса

Б) дождаться, когда автобус отойдет от остановки на достаточное расстояние, и перейти

**10. Когда можно выходить на проезжую часть для посадки в трамвай на трамвайных остановках, оборудованных посадочными площадками?**

А) при приближении трамвая

Б) после полной остановки трамвая

**11. 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) только на железнодорожных переездах

**12. Чем опасен кустарник, растущий у дороги?**

А) ничем

Б) он закрывает обзор дороги в одну сторону, пешеход не видит транспортные средства

**13. Разрешается ли перевозка детей на переднем сиденье легкового автомобиля?**

А) разрешается перевозка детей в возрасте не моложе 7 лет

Б) разрешается перевозка детей до 12 лет при наличии специального детского сиденья

**14. Что называется остановочным путем?**

А) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до начала торможения

Б) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до остановки

**15. Что называется тормозным путем?**

А) расстояние, пройденное автомобилем с момента обнаружения водителем опасности до полной остановки.

Б) расстояние, пройденное автомобилем с момента нажатия на педаль тормоза до полной остановки

**16. Какую ответственность несет виновник ДТП, если при этом погиб человек?**

А) административную ответственность

Б) уголовную ответственность

**17. Как могут наказать человека, который портит дорожные знаки?**

А) никак

Б) оштрафовать

**18. От чего зависит длина тормозного пути?**

А) от массы автомобиля и его скорости, от состояния дороги

Б) от скорости автомобиля

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

А. туман, гололед, дождь

Б. Плохая видимость из-за снега с ветром

**20. 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 биолого- социального характера - это**

а) кража, авария на заводе, наводнение;

б) алкоголизм, наркомания;

**4. Перечислите первичные средства пожаротушения:**

А) пожарная машина;

Б) одеяло, песок, вода, пожарный щит

**5. К стихийным бедствиям относятся:**

А) ураган, землетрясение, лесной пожар, извержение вулкана

Б) дождь, снег, молния, гроза

**6. 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.

**7. Что надо делать при обнаружении подозрительного предмета?**

А) открыть и посмотреть, что там находится;

Б) сообщить взрослым или позвонить в полицию;

**8. 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 – Распределите термины и определения с помощью стрелок.**

Стихийные бедствия	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.



### 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 биолого-социального характера - это

- а) кража, авария на заводе, наводнение;  
б) алкоголизм, наркомания;  
в) табакокурение, туберкулез.

#### 4. Перечислите первичные средства пожаротушения:

- А) пожарная машина;  
Б) огнетушитель пенный и углекислотный;  
В) одеяло, песок, вода, пожарный щит

#### 5. 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

#### 6. 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.

#### 7. 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.

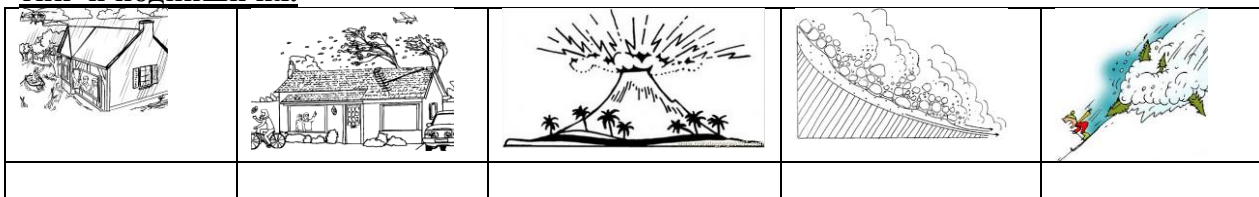
#### 8. Что следует делать при пожаре в здании в первую очередь:

- а) оповестить о пожаре людей, находящихся в здании;  
б) сообщить о пожаре по телефону 101;  
в) попробовать потушить пожар подручными средствами

#### Задание 2 –Распределите 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 попадании инородного тела в дыхательные пути ребенка?**

- А) постучать осторожно по спине;
- Б) положить на колени, лицом вниз, аккуратно постучать по спине;

**4. Перечислите инфекционные заболевания:**

- А) бронхит, ОРЗ, грипп
- Б) ветрянка, корь

**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 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

**Достаточный уровень**

**Задание 1 – Ответ на вопросы теста.**

- К закрытым повреждениям организма человека относятся:**
  - вывихи, ушибы
  - порезы, уколы
  - царапины, ссадины
- Укажите, какую роль играют витамины в развитии человека:**
  - являются главным источником энергии
  - обеспечивают устойчивость организма к болезням
  - являются строительным материалом
- Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути ребенка?**
  - постучать осторожно по спине;
  - положить на колени, лицом вниз, аккуратно постучать по спине;
  - ничего не предпринимать.
- Перечислите инфекционные заболевания:**
  - дизентерия, холера
  - бронхит, ОРЗ, грипп
  - ветрянка, корь
- Первая помощь при обморожении первой степени:**
  - согреть в теплой воде, наложить повязку
  - растереть обмороженное место руками, наложить повязку
  - дать горячий чай, вызвать врача
- Первая помощь при переломе:**
  - наложить шину, доставить в больницу
  - попробовать поставить кость на место
  - туго забинтовать
- Какие основные действия при оказании ПП при венозном кровотечении?**
  - наложить жгут, доставить в больницу
  - обработать рану, использовать пластырь
  - сделать давящую повязку, обратиться к врачу
- Признаки обморожения 2 степени:**
  - покраснение, образование волдырей с кровавой жидкостью внутри
  - покраснение, образование волдырей со светлой жидкостью внутри
  - покраснение, сильная боль
- 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 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

**Контрольная работа за 4 четверть**

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

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

**3. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?**

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

**4. К коллективным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**

- А) убежища и укрытия
- Б) противогазы и респираторы

**5. Противогаз предназначен для защиты:**

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

**6. Расшифруйте ГО:**

- А) государственная оборона
- Б) гражданская оборона

**7. При объявлении эвакуации граждане должны взять с собой:**

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

**8. 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.**

**1. К индивидуальным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**

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

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

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

**3. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?**

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

**4. К коллективным средствам защиты при чрезвычайных ситуациях относятся:**

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

**5. Противогаз предназначен для защиты:**

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

**6. Расшифруйте ГО:**

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

**7. При объявлении эвакуации граждане должны взять с собой:**

А) теплые вещи, документы, пищу, воду

Б) документы и деньги

В) пищу и воду

**8. 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 – впиши 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 -
СИЗ -
МЧС -