

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Сухореченская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Ф.К.Асеева»**

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМО
Протокол № 2
от « 31» 10. 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы _____ /Свиридова Г.В./
Пр.№ 139 от 31.10.2023.

**Дополнительная рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
6 класс
2023-2024 учебный год**

Составитель:
Ненашев Сергей Иванович
учитель ОБЖ

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	стр. 3-8
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.....	стр.9-11
3. Тематическое планирование.....	стр.12-25
4. Приложение.....	стр. 26

Планируемые результаты внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующих современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- Формирование коммуникативной компетентности в обращении и

сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятия ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её

решения;

- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты

личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной

ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ.

Личностными результатами обучения в 6 классах являются:

- осознание важности здорового образа жизни;
 - соблюдение правил здорового образа жизни;
 - соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- и способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- я способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Метапредметные результаты обучения представлены универсальными учебными действиями:

- а анализом ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнением примеров опасного и безопасного поведения;
 - планированием и организацией своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
 - обобщением изученного материала, формулированием выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций,

Предметные результаты обучения нацелены на решение прежде всего образовательных задач:

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
- использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
- расширение кругозора и культурного опыта школьника,

формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 6 КЛАССА

«Основы безопасности личности, общества и государства».

Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Пожарная безопасность

Безопасность на дорогах

Безопасность в быту

Безопасность на водоёмах

Экология и безопасность.

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.

Подготовка к активному отдыху на природе

Активный отдых на природе и безопасность

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.

Составляющие здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие здоровье.

Вредные привычки и их влияние на здоровье (курение, употребление алкоголя, наркомания).

Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.

Правовые аспекты взаимоотношения полов.

Семья в современном обществе.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Оказание первой помощи.

Первая помощь и правила её оказания.

Средства оказания первой помощи.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Первая помощь при массовых поражениях.

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях

Система оценки достижений учащихся:

Деятельность учащихся на уроках ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят посильный развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.

Инструментарий для оценивания результатов;

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности – главная составляющая учебного процесса.

Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу,

который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

Формы и вопросы контроля :Для оценки освоения школьниками содержания учебного материала отдельных часов на проведение контрольных работ, проверочных и других письменных работ не выделяется. Основной формой текущего контроля знаний учащихся являются устные ответы учащихся на теоретические вопросы. Письменный контроль предлагается осуществлять в форме тестирований. Тесты по содержанию вопросов и уровню их сложности позволяют учителю осуществить проверку знаний, а учащимся дают возможность подготовиться к опросу, зачетам и самостоятельно проверить правильность усвоения материала. Итоговая контрольная письменная работа проводится после изучения программы курса ОБЖ в конце учебного года. Контрольные работы служат для контроля за качеством усвоения учащимися учебного материала и их умением применять знания на практике. На основании выполнения этих работ преподаватель может иметь точное и ясное представление о полученных учащимися знаниях и приобретенных ими навыках и умениях

Возможные виды самостоятельной работы учащихся: выполнения презентаций, проектов, подготовка докладов.

Календарно-тематическое планирование

Творческое объединение – Основы безопасности жизнедеятельности

класс- 6

количество часов в неделю по учебному плану – 1 час

всего количество часов в году по плану – 34 часа

количество контрольных работ - 1

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов в	Планируемые образовательные результаты		Дата по плану	Дата фактическая
			предметные	УУД Личностные (метапредметные)		
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства 28 часов						
Раздел 1. Основы комплексной безопасности 28 часов						
1	Подготовка к активному отдыху на природе.	6	Предметные:	Метапредметные.		
1.1 (1)	Природа и человек.	1	- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства	Регулятивные УУД: умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	05.09	
1.2 (2)	Ориентирование на местности.	1	посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций	Познавательные УУД: умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; освоение приёмов ориентирования по местным признакам	12.09	
1.3 (3)	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1	природного, техногенного и социального характера; -формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;		19.09	

1.4 (4)	Подготовка к выходу на природу	1	-понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;	Коммуникативные УУД: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;	26.09	
1.5 (5)	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1			03.10	
1.6 (6)	Определение необходимого снаряжения для похода	1			10.10	
	Активный отдых на природе и безопасность	5	Предметные: - формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; - формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; -понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;	Метапредметные. Регулятивные УУД: - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; Познавательные УУД: - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; Коммуникативные УУД: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и		
1.7 (7)	Общие правила безопасности при активном отдыхе	1			17.10	
1.8 (8)	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и в горной местности	1			24.10	
1.9 (9)	Подготовка и проведение лыжных походов	1			07.11	
1.10 (10)	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1			14.11	

1.11 (11)	Велосипедные походы и безопасность туристов	1		разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;		
	Дальний (внутренний) и выездной туризм	5	Предметные: - формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; - формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; - понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;	Метапредметные. Регулятивные УУД: -умение самостоятельно организовать проведение лыжных походов, обеспечить группу необходимым инвентарём и снаряжением. Познавательные УУД: -умение извлекать знания из предложенных ситуаций, планировать свою деятельность. Коммуникативные УУД: умение сформировывать и грамотно выражать свои мысли, уметь убеждать и отстаивать свою точку зрения.		
1.12 (12)	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1			21.11	
1.13 (13)	Акклиматизация человека в различных климатических условиях и в горной местности	1			28.11	
1.14 (14)	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1			05.12	
1.5 (15)	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам	1			12.12	

	отдыха водным транспортом					
1.16 (16)	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом	1				19.12
	Обеспечение личной безопасности при автономном пребывании человека в природной среде	8	Предметные: - формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	Метапредметные. Регулятивные УУД: умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;		
1.17 (17)	Автономное пребывание человека в природной среде	1		Познавательные УУД: умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;		26.12
1.18 (18)	Добровольное пребывание человека в природной среде	1	- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;	Коммуникативные УУД: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;		16.01
1.19 (19)	Вынужденная автономия человека в природной среде	1	- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;	формулировать, аргументировать и отстаивать своё		23.01
1.20 (20)	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде.	1				30.01

	Сооружение временного укрытия из подручных средств			мнение;		
1.21 (21)	Способы добывания огня. Виды костров.	1			06.02	
1.22 (22)	Обеспечение питанием и питьевой водой.	1			13.02	
1.23 (23)	Подача сигналов бедствия. Тест	1			20.02	
	Опасные ситуации в природных условиях	4	Предметные: - формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; - формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; - понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;	Метапредметные. Регулятивные УУД: умение действовать при встрече с дикими животными. Познавательные УУД: освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе оказания помощи пострадавшим. Коммуникативные УУД: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение		
1.24 (24)	Опасные погодные явления	1			27.02	
1.25 (25)	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	1			06.03	
1.26 (26)	Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит	1			13.03	

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 8 часов						
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 4 часа						
2	Первая помощь при неотложных состояниях.	4	Предметные: - умение оказать первую помощь пострадавшим; - умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.	- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и Метапредметные. Регулятивные УУД: - умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; -формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; Познавательные УУД: - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; - освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим. Коммуникативные УУД: - умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и		
2.1 (27)	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1		- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; -формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;	20.03	
2.2 (28)	Оказание первой помощи при травмах	1			03.04	
2.3 (29)	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1			10.04	12.04
2.4 (30)	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	1			17.04	19.04

				отстаивать своё мнение;		
Раздел 4. Основы здорового образа жизни 4 часа						
	Здоровье человека и факторы на него влияющие	4	Предметные: - формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; - понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; - формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;	Метапредметные. Регулятивные УУД: - умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; - умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;		
2.5 (31)	Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье человека	1			24.04	26.04
2.6 (32)	Влияние неблагоприятной окружающей и социальной среды на здоровье человек.	1			08.05	10.05
2.8 (33)	Промежуточная аттестация. Итоговая проверочная работа.	1		Познавательные УУД: - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы;	15.05	17.05
2.9 (34)	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков	1		Коммуникативные УУД: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;	22.05	24.05
	Итого	34				

Перечень учебно-методического обеспечения.

Перечень учебно-методических средств обучения

Основная литература:

Для учителя:

1. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений /под общ. ред. Смирнова А. Т. – М.: Просвещение, 2010

Дополнительная литература:

1. Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах (игры, тесты, практикумы, анализ ситуаций, «круглый стол») /авт.-сост. О.В.Павлова, Г.П.Попова. - Изд.2-е — Волгоград: Учитель, 2010
2. Правила дорожного движения Российской Федерации. – М.: ООО ИДТР, 2011
3. ОБЖ. Библиотека электронных наглядных пособий 5-11 классы. Компакт-диск
4. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5-11классы /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, В.А.Васнев, М.В.Маслов; под общей редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад.наук. -М.: Просвещение,2010 — (Академический школьный учебник)
5. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / авт.-сост. Г.П.Попова. - Волгоград: Учитель, 2006

Обеспеченность материально-техническими и информационно-техническими ресурсами.

Цифровые образовательные ресурсы:

Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дом «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompass.ru/compass/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	http://www.econavt-catalog.ru
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности	http://www.bezopasnost.edu66.ru
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http://www.hardtime.ru

Тестирование по теме:
«Подготовка к активному отдыху на природе»

Выберите правильный ответ

1. *Собирая грибы, Миша заблудился в лесу. Чтобы определить, в какую сторону идти, он вспомнил все изученные способы ориентирования. Но какой из них не подведет в густом лесу?*
 - А) Идти туда, куда течет вода: ручеек впадает в ручей, ручей в речку, а на берегах рек всегда селились люди;
 - Б) С юга крона деревьев больше, склон муравейника положе, больше смолы на хвойных деревьях;
 - В) Солнце, звезды и компас никогда не подведут.
2. *Выйдя на дорогу или тропинку, можно определить, с какой стороны ближе поселок, по приметам: потерянные на дороге бревна направлены комлем к поселку, выезд на дорогу с полян направлен к поселку, тропы раздваиваются от поселка, а сходятся к нему. Верны ли эти приметы?*
 - А) Нет, не верны;
 - Б) Да, почти всегда верны;
 - В) Все совсем наоборот.
3. *Заблудившись в лесу, станете ли вы есть незнакомые ягоды и грибы?*
 - А) Да, понемногу, и если их едят животные;
 - Б) Нет, все незнакомые растения надо считать несъедобными;
4. *Можно ли в критической ситуации употреблять в пищу малоподвижных птиц и животных?*
 - А) Нельзя, они наверняка больные;
 - Б) Можно, но только в крайнем случае;
 - В) Можно, если хорошо поварить.
5. *Как вы в лесу добудете питьевую воду?*
 - А) Устроите опреснитель из надетого на ветку пакета;
 - Б) Процедите речную воду через платок;
 - В) Поищите озеро с прозрачной, чистой водой.
6. *При недостатке питьевой воды как вы будете пить?*
 - А) Вдоволь, но как можно реже;
 - Б) Маленькими глотками, но как можно чаще;
 - В) Понемножку, только когда очень хочется, полоская ею рот перед каждым глотком.
7. *Какие условия надо выполнять при разведении костра для обеспечения пожарной безопасности?*
 - а - разводить не ближе 4-5 метров от деревьев;
 - б- не оставлять бутылок и стекол в траве;
 - в- не пользоваться горючими жидкостями;
 - г- удалить вокруг костра сухую траву;

д- заливать костры водой или забрасывать землей;
е- не бросать окурков в лесу.

- А) все;
- Б) все, кроме – в;
- В) а, в, г, д.

8. Почему нельзя разводить костер под кроной деревьев?

- А) от температуры погибают листья;
- Б) сгорают корни дерева, и оно погибает;
- В) взлетающие искры могут поджечь крону.

9. Назовите главную причину, почему нельзя бросать и бить бутылки в лесу?

- А) потому, что лес превращается в свалку;
- Б) другие люди могут потом порезаться;
- В) стекло может сфокусировать солнечный свет и поджечь траву.

10. На каком расстоянии от ближайшего дерева можно разводить костер?

- А) не ближе 2 метров от ствола;
- Б) в 4-6 метрах от ствола;
- В) главное не под кроной.

11. Почему не рекомендуется использовать осиновые и пихтовые дрова в засушливую погоду?

- А) сухая осина много дымит;
- Б) они плохо горят в любую погоду;
- В) они сильно стреляют искрами – возможен пожар.

12. Что из перечисленного не является типом костров:

- А) колодец;
- Б) шалаш;
- В) звездный;
- Г) ладья.

13. Что из перечисленного не является съедобными ягодами:

- А) жимолость;
- Б) смородина красная;
- В) бузина черная;
- Г) княженика.

14. К съедобным грибам относятся:

- А) моховики;
- Б) мухоморы;
- В) поганки;
- Г) ложные опята.

15. Во время грозы нельзя:

- А) располагаться рядом с железнодорожным полотном;
- Б) располагаться рядом с автомагистралью;
- В) разговаривать по мобильному телефону.

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Ответ	Б	Б	Б	В	А	В	Б	В	В	Б	В	Г	В	А	В

90 % и более правильных ответов - «отлично»

70 % и более правильных ответов – «хорошо»

50 % и более правильных ответов - «удовлетворительно»

Менее 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно»

Тестирование по теме:
«Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде»

Выберите правильный ответ

1. Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:

А) потеря ориентировки на местности во время похода, авария транспортных средств, крупный лесной пожар;

Б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут, отсутствие средств связи;

В) потеря части продуктов питания, потеря компаса.

2. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то необходимо:

А) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;

Б) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца;

В) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек.

3. Наиболее удобной обувью в походе считаются:

А) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;

Б) туристические ботинки, кеды, кроссовки;

В) полуботинки, сапоги, туфли.

4. Ориентирование – это:

А) определение своего местонахождения относительно сторон горизонта;

Б) поиск пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования;

В) нахождение человека в определенном месте в определенное время.

5. По каким местным приметам можно определить стороны света:

А) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов, муравейникам, таянию снега;

Б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек,

наезженной колее;

В) полыньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.

6. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:

А) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;

Б) добавление в воду марганцовки;

В) кипячение воды.

7. Какое время является лучшим для рыбной ловли:

А) утро (на рассвете);

Б) полдень;

В) ночь (после наступления темноты);

Г) в течение дня.

8. Что важнее для сохранения жизни и здоровья потерпевших:

А) пища;

Б) вода.

9. Можно ли пить морскую воду, пустынный рассол:

А) можно

Б) нельзя.

10. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:

А) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды;

Б) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле - источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;

В) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.

11. Вас одиннадцать человек, вам нужно не просто приготовить пищу на костре, но и обсушиться около него, согреться. Какой тип костра вы для этого выберете:

А) «колодец»; Б) «шалаш»; В) таежный; Г) «пирамида»; Д) «камин».

12. Какие типы костров предназначены для приготовления большого количества пищи, просушки вещей, согревания людей, если они ночуют около костра:

А) сигнальные;

Б) пламенные;

В) жаровые (длительного горения);

Г) простейшие очаги (закрытый огонь).

Ключ к тесту

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Ответ	А	А	Б	А	А	В	А	Б	Б	Б	В	В

90 % и более правильных ответов - «отлично»

70 % и более правильных ответов – «хорошо»

50 % и более правильных ответов - «удовлетворительно»

Менее 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно»

Итоговая контрольная работа (тестирование)

6 класс

Часть 1.

Эта часть работы содержит задания с выбором одного (несколько) вариантов ответа. К каждому заданию дается несколько вариантов ответа, один из которых верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Впишите правильный вариант в бланк ответов.

1. Управлять велосипедом на дорогах Правилами дорожного движения, а также участвовать в туристических походах разрешается:

- А) с 12 лет;
- Б) с 13 лет;
- В) с 14 лет;
- Г) с 15 лет.

2. При аварийной посадке самолета необходимо:

- А) выполнять указания командира корабля и экипажа;
- Б) покинуть самолет до его полной остановки и отойти от самолета на расстояние не менее 100 метров;
- В) перечитать инструкцию об использовании аварийно-спасательного оборудования, расположении и обозначении аварийных выходов.

3. Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?

- А) не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей;
- Б) перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- В) покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
- Г) Сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

4. Как определить стороны света, находясь в лесу в безлунную ночь?

- А) по часам;
- Б) по луне;
- В) по полярной звезде.

5. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

- А) по памяти;
- Б) по растениям;
- В) по небесным светилам;
- Г) По компасу;
- Д) по местным признакам.

6. Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?

- А) наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;
- Б) температуру воздуха и насекомых;
- В) наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;
- Г) количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

7. Как обеспечить себе питание в автономном существовании?

- А) ничего предпринимать не надо, пищу доставят спасатели;
- Б) разделить запасы продовольствия на части, оставь неприкосновенный запас (НЗ);
- В) обеспечить питание резервов природы (дикорастущие съедобные растения, мясо животных, рыба)

8. Как сушить одежду и обувь на привале после дождя?

- А) сделаю сушилку из жердей недалеко от костра;
- Б) сделаю навес над костром;
- В) буду сушить на себе;
- Г) буду сушить одежду и обувь в руках над костром

9. Укажите последовательность разведения костра.

- А) в любой последовательности;
- Б) заготовить растопку (мелкие сухие веточки, дрова);
- В) поджечь костер 2-3 спичками;
- Г) проложить на растопку ветки потолще, поверх веток положить поленья.

10. При укусе человека ядовитой змеей необходимо:

- А) выдавливать из ранки в течение 4—5 мин. несколько капель крови;
- Б) промыть ранку под сильной струей воды;
- В) отсосать яд из ранки ртом;
- Г) приложить к ранке холод.

11. Приспособление человека к новым для него условиям жизни называется:

- А) интоксикацией;
- Б) акклиматизацией;
- В) реакклиматизацией.

12. К ядовитым растениям относятся:

- а) ландыш;
- б) малина;
- в) крапива;
- г) купена;
- д) подорожник

13. Правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походе:

- А) закаливание и солнечные ванны
- Б) мыть руки перед едой, чистить зубы, обтирать тело, купаться

В) купаться, загарать, мыть руки, умываться

14. При оказании первой медицинской помощи при обморожении, необходимо:

А) перенести пострадавшего в прохладное место, в тень;

Б) уложить на спину, приподнять голову и повернуть ее набок;

В) напоить горячим чаем.

15. Через какой промежуток времени необходимо менять холодные примочки при ушибах?

А) через 1-2 мин.;

Б) через 10-15 мин.;

В) через 1,5-2 часа;

Г) не рекомендуется менять.

16. Назовите приемы первой медицинской помощи, которые необходимо выполнить при наличии у пострадавшего сильного кровотечения (выберите ответ):

А) наложить шину для обеспечения неподвижности конечности;

Б) наложить жгут на конечность;

В) наложить давящую повязку;

Г) продезинфицировать рану.

17. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

А) малоподвижный образ жизни;

Б) небольшие и умеренные физические нагрузки;

В) оптимальный уровень двигательной активности;

Г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

18. Укажите, какие из приведенных ниже названий привычек человека являются вредными потому, что они разрушают его здоровье:

А) систематическое соблюдение правил личной и общественной гигиены;

Б) систематическое курение;

В) систематические занятия физической культурой;

Г) систематическое употребление пива;

Д) употребление наркотиков.

19. Найдите среди приведенных ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют здоровому образу жизни:

А) длительное нахождение в постели, в том числе и чтение книг в постели;

Б) ежедневная утренняя зарядка;

В) ежедневное выполнение гигиенических процедур;

Г) применение в пищу большого количества пирожных, мороженого, конфет;

Д) систематическое участие в подвижных играх (футбол, горелки и т.п.);

Е) большое увлечение играми в карты, домино, лото;

Ж) систематическое курение;

З) использование в пищу оптимального количества разнообразных растительных, рыбных и мясных продуктов.

Часть II.

В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию или на месте многоточия должно стоять название термина (слово или словосочетание), определение

1. Повреждение тканей тела из-за высокой температуры –
2. Любое повреждение кожи -
3. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей
4. Чем обрабатывают (дезинфицируют) рану?
5. Дополните фразу: «Многочисленное воздействие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур, называется _____».

Ключ к тесту

Часть I

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	В	А	БВГ	В	ВГД	БВГ	Б	А	БВГ	В
Вопрос	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
Ответ	Б	Г	Б	В	А	БГВ	В	БГД	БВДЗ	

Часть II.

1. ожог
2. рана
3. ушиб
4. йод, зеленка, марганцовка, перекись водорода
5. закаливание

90 % и более правильных ответов - «отлично»

70 % и более правильных ответов – «хорошо»

50 % и более правильных ответов - «удовлетворительно»

Менее 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно»