

МОБУ «Рыбкинская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДЕНО НА ЗАСЕДАНИИ  
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА  
(ПРОТОКОЛ № 1 ОТ 31.08.2020)РАССМОТРЕНО  
на заседании МССОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по  
УВР:

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

/Ручкин В.В./

/Мурзайкина Л.С./

/Бакаева Ю.А./

«24» 08 2020г

«28» 08 2020г

«31» 08 2020г



## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

**по предмету основы безопасности  
жизнедеятельности  
7 КЛАСС  
на 2020-2021 учебный год**

<b>Программа:</b>	Программа по ОБЖ
<b>Авторы:</b>	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников
<b>Учебник:</b>	ОБЖ 7 класс // А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М-Просвещение, 2018
<b>Количество часов:</b>	34
<b>Учитель:</b>	Козин Павел Григорьевич
<b>Учебный год:</b>	2020-2021

**Рабочая программа учебного предмета «ОБЖ» предназначена для 7 класса и разработана на основании следующих нормативных документов:**

1. Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. №253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 г. № 576; от 28.12.2015 г. № 1529; от 26.01.2016 г. №38)
4. Рабочей программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы, предметной линии учебников под редакцией А.Т.Смирнова, - 4-е изд. – М.: Просвещение, 2016 г.

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год, на основе учебного плана образовательного учреждения. **Форма проведения итоговой промежуточной аттестации в классе- письменная проверка: итоговое тестирование.**

Учебный курс «Безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие **цели**: □ безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков; Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Для усвоения основных знаний применяются **следующие формы, методы обучения: *Формы обучения учащихся на уроке: фронтальная, групповая, парная, индивидуальная; Методы обучения:***

1. *Методы устного изложения учебного материала* (рассказ, объяснение, беседа, лекция с элементами беседы, инструктаж);
2. *Наглядные* (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы);
3. *Эвристические* – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. *Практические занятия* (решение теоретических и практических задач).

## **I. Планируемые результаты изучения ОБЖ в 7 классе**

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса безопасности жизнедеятельности Личностные результаты обучения:**

- 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, соответствующего 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 общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебноисследовательской, 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, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» является (УУД).**

- *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;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий 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, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; *Познавательные УУД:*
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 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 отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационнокоммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. **Предметные результаты обучения:**
- 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 личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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 необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной 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 оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

## **Планируемые предметные результаты обучения Ученик**

*научится:*

- различать различные природные явления, которые оказывают влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- анализировать причины возникновения природных явлений;
- моделировать выполнение правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях природного характера;
- вырабатывать привычки, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- анализировать состояние своего тела;
- вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни;
- отрабатывать приемы оказания первой помощи; *Ученик получит возможность научиться:*
- принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоить приемы действий в опасных ситуациях техногенного и социального характера;
- составлять алгоритм своего поведения во время чрезвычайных ситуаций;

## **II. Содержание учебной программы для 7 класса**

### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства Раздел**

#### **1. Основы комплексной безопасности**

*Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.*

Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

*Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.*

Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия. Правила безопасного поведения при землетрясении.

Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.

*Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.*

Ураганы, бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.

*Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.*

Наводнения. Виды наводнений и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика.

Цунами и их характеристика. Снежные лавины.

*Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.*

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпизоотии и эпифитотии.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций Тема**

*2. Защита населения от последствий землетрясений.*

Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни, обвалы, их последствия. Защита населения.

*Тема 3. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения.*

Защита населения от последствий ураганов и бурь.

*Тема 4. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.*

Защита населения от последствий наводнения. Защита населения от последствий селевых потоков.

Защита населения от цунами.

*Тема 5. Защита населения от природных пожаров.*

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.

**Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации** *Тема*

*6. Духовно-нравственные основы противодействия экстремизму и терроризму.*

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.

Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения

**Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Раздел 4 Основы здорового образа жизни**

*Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.*

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека.

Анатомофизиологические особенности человека в подростковом возрасте.

**Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи** *Тема*

*7. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.*

Общие правила оказания первой медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

### **III. Календарно-тематическое планирование**

№ урока	Дата урока		Тема урока
	пл	Ф-т	
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности 16 ч.</b>			
<b>Тема 1 Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 ч)</b>			
1			Различные природные явления
2			Общая характеристика природных явлений.
3			Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера
<b>Тема 2 Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (3 ч)</b>			
4			Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия
5			Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Тест №1
6			Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов
7			Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия
8			Смерчи. Тест №2
<b>Тема 4 Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (5 ч)</b>			

9			Наводнения. Виды наводнений и их причины
10			Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.
11			Сели и их характеристика.
12			Цунами и их характеристики
13			Снежные лавины. Тест №3
<b>Тема 5 Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (3 ч)</b>			
14			Лесные и торфяные пожары и их характеристика
15			Инфекционная заболеваемость людей и защита населения
16			Эпизоотии и эпифитотии.
<b>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 ч)</b>			
<b>Тема 2 - Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения (3 ч)</b>			
17			Защита населения от последствий землетрясений.
18			Последствия извержения вулканов. Защита населения
19			Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.
<b>Тема 3 - Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения (1 ч)</b>			
20			Защита населения от последствий ураганов и бурь
<b>Тема 4 Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения (3 ч)</b>			
21			Защита населения от последствий наводнений
22			Защита населения от последствий селевых потоков.
23			Защита населения от цунами. Тест №4
<b>Тема 5 Защита населения от природных пожаров (1ч)</b>			
24			Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения
<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 ч)</b>			
<b>Тема 6 - Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (4 ч)</b>			
25			Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую
26			Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.
27			Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения
28			Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения. Тест №5
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>			

<b>Тема 7 - Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 ч)</b>			
29			Психологическая уравновешенность
30			Стресс и его влияние на человека.
31			Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Тест №6
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (2 ч)</b>			
<b>Тема 8 - Первая помощь при неотложных состояниях (2 ч)</b>			
32			Общие правила оказания первой помощи. Оказание первой помощи при наружном кровотечении.
33			Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего. Тест №7
34			<b>Итоговое тестирование</b>

## Приложения

### 1. Нормы оценивания

#### Оценка устных ответов обучающегося:

**Ответ оценивается отметкой «5»**, если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков; • отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя. **Ответ оценивается отметкой «4»**, если он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя. **Отметка «3» ставится в следующих случаях:**
- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала (определенные «Требованиям к математической подготовке обучающегося»);
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов; **Отметка «2» ставится в следующих случаях:**

- не раскрыто основное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала; **Отметка «1» ставится**, если:
- ученик обнаружил полное незнание и непонимание изучаемого материала или не ответил ни на один из поставленных вопросов по изучаемому материалу. **Все тестовые задания оцениваются:**

- правильный ответ – 1 балл;
  - отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов
- Критерии оценивания:
- «2» - менее 25% правильных ответов.
  - «3» - от 25% до 50% правильных ответов.
  - «4» - от 50% до 75% правильных ответов. «5»
  - от 75% и более правильных ответов.

## 2. Наименование и количество контрольных мероприятий в рамках тематического и итогового контроля

Раздел программы, темы	Кол-во часов	Форма контроля
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (16 ч)</b>	<b>16ч</b>	<b>Тест №1-3</b>
<b>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 ч)</b>	<b>8ч</b>	<b>Тест №4</b>
<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 ч)</b>	<b>4ч</b>	<b>Тест №5</b>
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>	<b>3ч</b>	<b>Тест №6</b>
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (2ч)</b>	<b>2ч</b>	<b>Тест №7</b>
<b>Итоговое тестирование</b>	<b>1</b>	<b>Итоговый тест</b>
<b>Итого</b>	<b>34</b>	

## 3. Оценочные материалы

### *Тест №1 по теме «Землетрясения»*

1. Что такое землетрясение? Укажите правильный ответ.
  - а) подземные удары и колебания поверхности Земли;
  - б) область возникновения подземного удара;
  - в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.
2. Основными причинами землетрясений являются:
  - а) волновые колебания в скальных породах;
  - б) строительство крупных водохранилищ в зонах тектонических разломов;
  - в) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой;
  - г) вулканические проявления в земной коре.
3. Основными причинами несчастных случаев при землетрясениях являются:
  - а) неконтролируемые действия людей в результате паники;
  - б) отсутствие защитных сооружений (убежищ);
  - в) затопление;
  - г) разрушение и падение конструкций зданий;
  - д) отсутствие средств индивидуальной защиты органов дыхания;
  - е) пожары, вызванные утечкой газа из поврежденных труб, и замыканием электролиний;
  - ж) падение тяжелых предметов в квартире;
  - з) отсутствие средств пожаротушения.
4. Признаками приближающегося землетрясения могут быть следующие явления:

- а) резкое изменение погодных условий;
  - б) голубоватое свечение внутренней поверхности домов;
  - в) искрение близко расположенных (но не соприкасающихся) электрических проводов;
  - г) самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов;
  - д) запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось;
  - е) выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;
  - ж) вспышки в виде рассеянного света зарниц.
5. Выберите меры безопасности, которые должны принять заблаговременно жители сейсмоопасных районов для снижения ущерба от землетрясений:
- а) знать, где и как отключать электричество, газ и воду в квартире, подъезде, доме;
  - б) определить наиболее безопасные места в квартире, в которых можно переждать толчки;
    - в) забить окна, заделать проемы и отверстия в строительных конструкциях квартиры;
  - г) провести герметизацию помещений;
  - д) заранее подготовить самые необходимые вещи на случай эвакуации и хранить их в месте, известном всем членам семьи;
  - е) заранее закрепить мебель, чтобы она не могла упасть во время толчков;
  - ж) пройти предварительную регистрацию в пунктах эвакуации;
- з) вынести ненужные вещи и предметы в коридор, на лестничную клетку, балкон, лоджию;
- и) хранить емкости с легковоспламеняющимися веществами и препаратами бытовой химии так, чтобы они не могли упасть и разбиться при колебании здания;
  - к) заранее сделать дубликаты ключей от квартиры, дома;
  - л) не загромождать вещами вход в квартиру, коридоры и лестничные площадки.
6. Выберите из перечисленных мест наиболее подходящие для укрытия в здании (помещении) при землетрясении. Объясните, почему эти места считаются наиболее безопасными:
- а) места внутри шкафов, комодов, гардеробов;
  - б) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями;
  - в) места у колонн;
  - г) места под подоконником;
  - д) углы, образованные внутренними перегородками;
  - е) вентиляционные шахты и короба;
  - ж) проемы в капитальных внутренних стенах;
  - з) балконы и лоджии;
  - и) углы, образованные капитальными внутренними стенами;
  - к) места внутри кладовок и встроенных шкафов;
  - л) дверные проемы.
7. Вы находитесь в школе. Идет урок. Слышен звук сирены. В класс вбежал дежурный по школе и сообщил, что по радио передано сообщение о приближающемся землетрясении. Определите ваши дальнейшие действия и укажите их в логической последовательности:
- а) отключить электричество;
  - б) забить окна;
  - в) попытаться быстро покинуть здание школы и поехать (пойти) домой;
  - г) эвакуироваться вместе с классом из здания школы;
  - д) занять место вдали от зданий и линий электропередач.
8. Вы находитесь дома один. К вам забежал сосед и сообщил, что вот-вот ожидается землетрясение. Определите ваши дальнейшие действия и установите их очередность:
- а) закрыть окна и двери;

- б) отключить электричество;
- в) перекрыть газ и воду;
- г) позвонить родителям на работу, предупредить о землетрясении и договориться о месте встречи;
- д) потушить огонь в печи;
- е) быстро собрать необходимые документы, запас продуктов питания и воды;
- ж) перейти в подвальное помещение или защитное сооружение;
- з) покинуть дом, занять место вдали от зданий и линий электропередач.

9. Оповещение об угрозе землетрясения застало вас на улице. Что вы будете делать?

Найдите правильный ответ:

- а) быстро занять место в ближайшем овраге, кювете, яме;
- б) вбежать в ближайшее здание и укрыться;
- в) занять место вдали от зданий и линий электропередач.

10. Вы находитесь дома. Неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекла, посуды. Времени, чтобы выбежать из дома нет. Определите, что вы будете делать и в какой последовательности:

- а) отключить электричество, газ, воду;
- б) занять безопасное место в проеме дверей;
- в) позвонить в аварийную службу;
- г) занять место у окна;
- д) отойти от окон и предметов мебели, которые могут упасть.

11. Предположите, что в вашем городе (поселке) случилось землетрясение. Разрушено много домов. Ваш дом (панельный) устоял, но получил серьезные повреждения: кое-где обрушились лестничные марши, выпали стекла. Ваша квартира на третьем этаже. Вы находитесь недалеко от дома. Начинается дождь, темнеет. Вдали виднеется сарай. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) зайти в дом и переночевать, ведь квартира цела;
- б) зайти в дом, чтобы взять плащ и теплые вещи;
- в) пойти к виднеющемуся вдали сараю и укрыться от дождя в нем;
- г) пойти поискать знакомых, чтобы у них переночевать;
- д) развести у дома костер из разбитой мебели и деревянных обломков;
- е) поискать топлива и развести костер, если нет запаха газа.

12. Предположите, что во время землетрясения вы не успели эвакуироваться из квартиры, которая расположена на втором этаже пятиэтажного дома. Здание получило серьезные повреждения, частично разрушено. Вы попали под завал, нога придавлена упавшей конструкцией. Ногу вы освободили, шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства. Выход из помещения заблокирован. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) будете кричать, звать на помощь, стучать металлическими предметами по трубам, плитам;
- б) будете разгребать завал в сторону выхода из помещения;
- в) окажете себе посильную помощь, растирая придавленную ногу;
- г) попытаетесь подойти к оконному проему;
- д) постараетесь установить подпорки под конструкции над вами;
- е) если найдете спички, попытаетесь развести небольшой костер, чтобы согреться и осмотреться вокруг;
- ж) постараетесь найти теплые вещи или одеяло и укрытьсяся. **Тест №2 по**

**теме: «Ураганы, бури, смерчи»**

1. Известно, что сила ветра измеряется его скоростью. Назовите, кто из ученых создал шкалу силы ветра?

- а) Рихтер;
- б) Ломоносов;
- в) Бофорт;
- г) Менделеев.

2. Понижение давления является признаком приближающейся непогоды, укажите, с помощью какого прибора мы можем это определить: а) гигрометр;

- б) ареометр;
- в) термометр;
- г) барометр;
- д) сейсмограф.

3. Сильный ветер в каждой стране называется по-своему:

- а) циклон;
- б) тайфун;
- в) бег-виз;
- г) ураган;
- д) бери-бери;
- е) вилли-вилли.

Найдите ошибку в данных примерах.

4. Мы помним, что сильные ветры возникают в:

- а) теплых морях;
- б) на горных плато;
- в) тайге;
- г) пустыне.

Найдите ошибку в данных примерах.

5. Область пониженного давления в атмосфере это:

- а) смерч;
- б) циклон;
- в) буря;
- г) тайфун.

6. Существует четыре области зарождения циклонов. В приведенном перечне найдите ошибку:

- а) Желтое море и Тихий океан в районе Филиппинских островов;
- б) Мексиканский залив, Карибское море, Антильские и Вест-Индские острова;
- в) Индийский океан;
- г) Северный Ледовитый океан;

д) Южное полушарие: Тихий океан у берегов Новой Гвинеи и Северной Австралии; 7. Ветер разрушительной силы и значительный по продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с, - это: а) тайфун;

- б) шторм;
- в) торнадо;
- г) ураган.

8. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:

- а) воды и атмосферного давления;
- б) атмосферного давления и ветра;
- в) ветра и верхнего слоя земли;
- г) ветра и воды.

9. Продолжительность действия урагана составляет:

- а) 9 - 12 суток;
- б) от нескольких часов до нескольких суток;
- в) от нескольких минут до нескольких часов.

Укажите правильный вариант.

10. Продолжительный и очень сильный ветер, скорость которого превышает выше 20 м/с, это:

- а) вьюга;
- б) буря;
- в) шторм;
- г) торнадо.

11. В зависимости от времени года, места образования и вовлечения в воздух частиц различного состава различают бури: а) пыльные;

- б) беспыльные;
- в) снежные;
- г) шквальные;
- д) крепкие;
- е) спокойные.

Найдите ошибки в заданной цепочке.

12. Причины возникновения ураганов мы знаем, но не все они вызывают одновременно пыльные бури. Из предлагаемых трех причин назовите одну, без которой пыльная буря невозможна: а) проходящий циклон;

- б) разница температур;
- в) пашня.

13. Сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1 000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с, это: а) ураган;

- б) буря;
- в) циклон;
- г) смерч.

14. Перед вами набор бытовых приборов:

- а) утюг;
- б) газовая плита;
- в) телевизор;
- г) пылесос;
- д) холодильник.

Принцип работы одного из них напоминает принцип действия смерча. Что это за прибор?

15. Прочитайте отрывок из романа Майна Рида «Всадник без головы»: «С северной стороны над прерией внезапно появилось несколько совершенно черных колонн - их было около десяти... Эти огромные столбы то стояли неподвижно, то скользили по обугленной земле как великаны на коньках, изгибаясь и наклоняясь друг к другу, словно в фантастических фигурах какого-то странного танца. Представьте себе легендарных титанов, которые ожили на прерии Техаса и плясали в неистовой вакханалии». У американских вихревых ветров есть свое определенное название, выберите его из предложенного перечня:

- а) тайфун;
- б) торнадо;
- в) циклон;
- г) смерч.

16. Ураган страшен:

- а) мощными волнами, обрушивающимися на побережье;
- б) вихревыми вращающимися воздушными потоками;
- в) катастрофическими ливнями и наводнениями;
- г) метательным действием скоростного напора. Найдите ошибку в указанных примерах.

17. Как известно, последствиями ураганов являются:

- а) разрушение жилищ, линий электропередач;
- б) эпидемии;
- в) пожары;
- г) аварии на производстве.

В данной цепочке названы как первичные, так и вторичные последствия. Но одно из этих последствий всегда вторично, какое?

18. Ураганы наносят большой вред сельскому хозяйству, транспорту и промышленности, перенося:

- а) песок;
- б) влагу;
- в) пыль;
- г) снег;
- д) космические микрочастицы.

Что в данном перечне является лишним?

19. Разрушающее действие смерча связано:

- а) с действием прямолинейного скоростного напора воздушных масс;
- б) с динамическим воздействием масс, вовлеченных в движение, на различные постройки, здания, сооружения и т.п.;
- в) с действием стремительно вращающегося воздуха и резким вертикальным подъемом воздушных масс.

20. Что нужно сделать при заблаговременном оповещении об угрозе бурь, ураганов, смерчей?

Разместите указанные ниже действия в логической последовательности:

- а) уберите с подоконников, балконов и лоджий вещи, которые могут быть подхвачены воздушным потоком;
- б) откройте окна и двери с подветренной стороны (для выравнивания внутреннего давления);
- в) с наветренной стороны оклейте стекла окон бумагой, окна защитите ставнями или щитами;
- г) закройте и укрепите чердачные люки и вентиляционные отверстия;
- д) отключите газ, воду, электричество и погасите огонь в печи;
- е) включите телевизор, радио и выслушайте рекомендации;
- ж) выйдите из дома, укройтесь в подвале или защитном сооружении;
- з) приготовьте запасы продуктов питания и питьевой воды

21. Лучшей защитой от смерча являются:

- а) подвальные помещения;
- б) мосты;
- в) большие деревья;
- г) будки на автобусных остановках;
- д) подземные сооружения.

22. Безопасными естественными укрытиями на улице во время урагана являются: а) овраг;

- б) яма;
- в) ров;
- г) большие деревья;

- д) крупные камни;
- е) легкие деревянные постройки;
- ж) канава;
- з) кювет дороги.

Найдите ошибки в данных примерах.

23. Находясь дома один, вы услышали крики соседей о приближении урагана. Радио и телевидение не работают. Выглянув в окно, вы определили, что ураган уже свирепствует примерно в 3—4 км от вашего дома. Подвала в доме нет. На расстоянии примерно 300 м от дома есть глубокий овраг. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия, определите их очередность:

- а) станете кричать и звать на помощь;
- б) отойдете от окон;
- в) быстро выйдете на улицу и побежите к оврагу;
- г) останетесь в доме и спрячетесь в безопасном месте с подветренной стороны;
- д) спрячетесь в шкаф или под стол.

24. Находясь на улице, вы увидели, что приближается буря. До ближайшего дома примерно 100 м. Времени укрыться в доме или других постройках у вас фактически нет. Неподалеку от себя вы увидели канаву. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) внимательно, но быстро определите расстояние до границы бури;
- б) быстро рассчитаете время, когда буря приблизится к вам;
- в) прыгнете в канаву, ляжете на дно и прижметесь к земле;
- г) забежите и спрячетесь за угол первого попавшегося на пути здания;
- д) будете ждать, когда утихнут порывы ветра;
- е) перебежите и спрячетесь под деревом;
- ж) перебежите в дом и укроетесь в нем.

### ***Тесты №3 по теме «Оползни, сели, обвалы и лавины»***

1. Какова основная причина образования оползней:

- а) вулканическая деятельность;
- б) сдвиг горных пород;
- в) вода, просочившаяся по трещинам и порам вглубь пород и ведущая там разрушительную работу;
- г) осадки в виде дождя или снега.

2 Горный поток, состоящий из смеси воды и рыхлообломочной горной породы называется: а) обвалом;

- б) селем;
- в) оползнем;
- г) лавиной.

3. Выберите из предложенных вариантов причины образования селей:

- а) подвижки земной коры или землетрясения;
- б) наводнения, вызванные авариями на гидросооружениях;
- в) лесные и торфяные пожары;
- г) естественный процесс разрушения гор;
- д) извержение вулканов;
- е) прямое воздействие солнечных лучей на ледники;
- ж) хозяйственная деятельность человека.

4. Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах это: а) камнепад;  
б) оползень;  
в) обвал.
5. Основной причиной крупных обвалов является:  
а) таяние ледников;  
б) землетрясения;  
в) ураганы;  
г) наводнения.
6. Быстро, внезапно возникающее движение снега и (или) льда вниз по крутым склонам гор называется:  
а) снежной бурей;  
б) селем;  
в) обвалом;  
г) лавиной.
7. Основными поражающими факторами оползней, селей, обвалов и снежных лавин являются:  
а) волновые колебания в скальных породах;  
б) раскаленные лавовые потоки;  
в) удары движущихся масс горных пород;  
г) взрывная волна;  
д) заваливание или заливание движущимися массами горных пород определенного пространства.
8. Перечислите, к каким последствиям приводят оползни, сели, обвалы и снежные лавины?  
Выберите правильные ответы:  
а) перекрытие русел рек и изменение ландшафта;  
б) изменение климата и погодных условий;  
в) гибель людей и животных;  
г) лесные пожары;  
д) разрушение зданий и сооружений;  
е) сокрытие толщами пород населенных пунктов, объектов народного хозяйства, сельскохозяйственных и лесных угодий;  
ж) извержение вулканов.
9. Назовите наиболее безопасные места в случае схода оползней, селей, обвалов, лавин. Объясните, почему эти места считают наиболее безопасными:  
а) склоны гор, где оползневые процессы не очень интенсивны;  
б) ущелья и выемки между горами;  
в) возвышенности, расположенные с противоположной стороны селеопасного направления;  
г) долины между гор с селе- и лавиноопасными участками;  
д) большие деревья с толстыми стволами;  
е) склоны гор и возвышенностей, не расположенные к оползневому процессу;  
ж) большие камни, за которыми можно укрыться.
10. Вы проживаете в селеопасном районе. Находясь дома, услышали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:  
а) соберете все ценное имущество во дворе и укроете его в помещении;  
б) выйдете из здания и направитесь в безопасное место;  
в) плотно закроете вентиляционные и другие отверстия;

- г) закроете все двери, окна;
- д) предупредите соседей об угрозе селя;
- е) будете выходить на склон горы, находящийся на селебезопасном направлении;
- ж) будете выходить на склон горы через ущелье или небольшую долину; з) укроетесь в погребу.

11. Во время прохождения лавиноопасного участка в горах вы с группой туристов увидели внезапный сход снежной лавины. Опасность попадания в лавину велика. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) быстро начнете организованный выход из лавиноопасного участка;
- б) укроетесь за скалой или ее выступом;
- в) разделитесь на несколько групп, каждая из которых начнет самостоятельно спускаться в долину;
- г) ляжете и прижметесь к земле, закрыв голову руками;
- д) при помощи веревок закрепитесь за большие камни.

### ***Тест №6 по теме «ЗОЖ»***

1. Правильное чередование периодов работы и отдыха, их продолжительность, рациональное распределение времени в течение одного дня, недели, месяца, года, это: а) жизнедеятельность человека;

б) динамика работоспособности;

в) режим.

2. Невыполнение режима дня приводит к:

а) нарушению функций мышечной и костной системы;

б) нарушению функций центральной нервной системы;

в) нарушению функций пищеварительной системы.

3. Основной причиной умственного утомления является:

а) длительная и интенсивная умственная деятельность;

б) длительная и интенсивная деятельность опорно-двигательного аппарата;

в) нарушение деятельности системы кровообращения.

4. Начальными признаками переутомления считают:

а) пониженное артериальное давление;

б) увеличение числа простых ошибок;

в) снижение успеваемости;

г) потерю аппетита;

д) раздражительность;

е) нарушение сна.

Найдите допущенную ошибку.

5. Причинами переутомления являются:

а) продолжительный сон;

б) неправильная организация труда;

в) чрезмерная учебная нагрузка;

г) продолжительный активный отдых;

д) игнорирование гигиенических требований к режиму дня.

6. Высокий уровень работоспособности организма человека наблюдается: а) с 8 до 12 часов;

б) с 12 до 15 часов;

в) с 16 до 18 часов;

г) с 18 до 20 часов.

7. Приступить к выполнению домашних заданий необходимо после продолжительного отдыха, через:
- а) 1 час;
  - б) 2 часа;
  - в) 3 часа;
  - г) 4 часа.
8. Подготовка домашних заданий по длительности не должна превышать:
- а) 2,5-3 часов;
  - б) 3-3,5 часов;
  - в) 3,5-4 часов.
9. Продолжительность сна в подростковом возрасте должна составлять не менее:
- а) 7 часов в сутки;
  - б) 8 часов в сутки;
  - в) 9 часов в сутки.

*Тест №7 по теме «Средства оказания первой медицинской помощи»*

1. Основным материалом, которым пользуются при перевязке, это:

- а) лейкопластырь;
- б) трубчатые бинты;
- в) марлевые (плоские бинты).

2. Длина бинта 5-7 метров, при этом они бывают:

- а) узкие;
- б) тонкие;
- в) средние;
- г) широкие.

Найдите допущенную ошибку.

3. Бинт обладает способностью растягиваться, что дает возможность плотно фиксировать поврежденную часть тела без излишнего сдавливания, это:

- а) марлевый плоский бинт;
- б) индивидуальный перевязочный пакет;
- в) трубчатый (сетчатый) бинт;
- г) эластичный бинт.

4. Трубчатые сетчатые бинты предназначены для:

- а) фиксации поврежденной части тела без излишнего сдавливания;
- б) фиксации марлевой повязки на поврежденной части тела;
- в) наложения давящей повязки.

5. Трубчатые сетчатые бинты различают по номерам: №1; №2; №3; №4; №5. Какой номер трубчатого бинта необходимо использовать для фиксации марлевой повязки:

- а) на мизинце;
- б) на бедре;
- в) на грудной клетке.

6. Повязка:

- а) закрывает рану;
- б) предохраняет рану от загрязнения;
- в) воздействия воздушной среды;
- г) уменьшает боль.

Какая допущена ошибка?

7. Существует несколько типов бинтовых повязок на различные участки тела человека:
- а) косыночные повязки;
  - б) пращевидные повязки;

- в) обезболивающие;
- г) крестообразные или восьмиобразные;
- д) колосовидные;
- е) спиральные;
- ж) сходящиеся или расходящиеся.

Найдите допущенную ошибку

8. Определите, на какие из приведенных ниже частей тела .накладывается колосовидная и спиральная повязки:

- а) нос, подбородок, затылок;
- б) область плеча;
- в) пальцы кисти;
- г) суставы;
- д) грудная клетка.

9. При травмах затылка или кисти накладвается:

- а) сходящаяся или расходящаяся повязка;
- б) колосовидная повязка;
- в) крестообразная (восьмиобразная) повязка.

10. При травмах носа, подбородка, затылка, темени накладывают:

- а) пращевидную повязку;
- б) спиральную повязку;
- в) косыночную повязку.

11. Для бинтования локтевого сустава применяют:

- а) крестообразную повязку;
- б) сходящуюся или расходящуюся повязку;
- в) спиральную повязку.

12. Косыночные повязки применяются чаще всего как перевязь, которая служит для создания покоя при травмах:

- а) кисти, предплечья, плеча;
- б) суставов;
- в) грудной клетки.

13. При растяжении связок и заболевании вен лучше всего применять: а) эластичный бинт;

- б) марлевый (плоский) бинт;
- в) индивидуальный перевязочный пакет.

14. Любую повязку начинают с фиксирующих ходов. Это означает:

- а) первый тур надо закрепить, загнув кончик бинта и зафиксировать его вторым туром;
- б) фиксированием второго тура бинта к третьему;
- в) второй тур бинта надо закрепить к первому булавкой или шпилькой.

15. Каким из нижеперечисленных правил пользуются при бинтовании: а) справа налево;

- б) снизу вверх;
- в) слева направо;
- г) сверху вниз.

16. Начинают и заканчивают повязку на:

- а) более широкой части тела;
- б) более узкой части тела;
- в) на средней, не очень широкой и не очень узкой части тела.

**Итоговый тест по ОБЖ за курс 7 класса Часть**

**А.**

**При выполнении заданий части (А1 – А15) из предложенных Вам вариантов выберите верный.**

**1. Что такое землетрясение?**

- а) подземные удары и колебания поверхности Земли;
- б) область возникновения подземного удара;
- в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.

**2. Какое из природных явлений можно считать стихийным бедствием?**

- а) сильный град;
- б) моросящий дождь;
- в) автокатастрофа;
- г) авиакатастрофа;
- д) солнечное затмение.

**3. Ежегодно повторяющееся в один и тот же сезон года относительно длительное и значительное увеличение водности реки, вызывающее подъём её уровня; обычно сопровождается выходом вод из русла и затоплением поймы это:**

- а) половодье;
- б) затопление;
- в) паводок;
- г) подтопление.

**4. Что выбрасывается вулканом на земную поверхность?**

- а) лимонад;
- б) вода;
- в) магма;
- г) лава.

**5. Горный поток, состоящий из смеси воды и рыхлообломочной горной породы называется:**

- а) обвалом;
- б) селем;
- в) оползнем;
- г) лавиной

**6. Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах это:**

- а) камнепад;
- б) оползень;
- в) обвал.

**7. Быстро, внезапно возникающее движение снега и (или) льда вниз по крутым склонам гор называется:**

- а) снежной бурей;
- б) селем;
- в) обвалом;
- г) лавиной.

**8. На отдыхе в лесу у вас началось небольшое возгорание. Как поступить в первую очередь?**

- а) быстро уйти пока никто не увидел;
- б) убежать подальше;
- в) постараться забросать огонь землёй, сообщить о пожаре в ближайший посёлок;
- г) ничего не делать;
- д) спрятаться.

**9. Известно, что сила ветра измеряется его скоростью. Назовите, кто из ученых создал шкалу силы ветра?**

- а) Рихтер;
- б) Ломоносов;
- в) Бофорт;
- г) Менделеев.

**10. Основной причиной крупных обвалов является:**

- а) таяние ледников;
- б) землетрясения;
- в) ураганы;
- г) наводнения.

**11. Оповещение об угрозе землетрясения застало вас на улице. Что вы будете делать?**

- а) быстро занять место в ближайшем овраге, кювете, яме;
- б) вбежать в ближайшее здание и укрыться;
- в) занять место вдали от зданий и линий электропередач.

**12. Понижение давления является признаком приближающейся непогоды, укажите, с помощью какого прибора мы можем это определить:**

- а) гигрометр;
- б) ареометр;
- в) термометр;
- г) барометр;
- д) сейсмограф.

**13. От смерча нельзя укрываться:**

- а) в подвальных помещениях;      в) подземных сооружениях.
- б) под большими деревьями;

**14. В число природных пожаров НЕ входят:**

- а) лесные пожары;      в) торфяные пожары;
- б) пожары степных и хлебных массивов;      г) пожары в жилом секторе.

**15. Какие бывают переломы конечностей?**

- а) тайный;      в) наружный;
- б) внутренний;      г) закрытый, открытый.

**Часть В.**

При выполнении заданий части (В 1 – В 2) выберите несколько правильных ответов.

**В1. В зависимости от времени года, места образования и вовлечения в воздух частиц различного состава различают бури:**

- а) пыльные;      в) снежные;      д) крепкие;
- б) беспыльные;      г) шквальные;      е) спокойные.

**В2. Выберите из перечисленных мест наиболее подходящие для укрытия в здании (помещении) при землетрясении:**

- а) места внутри шкафов, комодов, гардеробов;
- б) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями;
- в) дверные проемы;
- г) места под подоконником;
- д) углы, образованные внутренними перегородками;
- е) вентиляционные шахты и короба;
- ж) проемы в капитальных внутренних стенах;
- з) балконы и лоджии;
- и) углы, образованные капитальными внутренними стенами;
- к) места внутри кладовок и встроенных шкафов. **В3.**

Соотнесите признаки болезней и названия:

Названия болезни	А. Дифтерия	Б. Грипп	В. Туберкулёз	Г. Дизентерия
Признаки	1.	2. болезнь	3. Воспаление	4. Поражаются
	характеризуется поражением толстой кишки и явлениями отравления	напоминает простуду, резко появляется высокая температура, ломота во всём теле	слизистых оболочек рото и носоглотки, гортани и отравлением организма	органы дыхания, лимфоузлы, кости, глаза.

А	Б	В	Г

**Часть С.**

**С1. Напишите алгоритм остановки артериального кровотечения.**

**1. 2. 3. 4. 5.**

## Ответы 7 класс Часть

**А.**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
а	а	а	в	б	в	г	в	в	б	в	г	б	г	г

**За каждый верный ответ - 1 балл Часть**

**В.**

В1. а,б,в,г В2.

б,в,ж,и.

В3. 3 2 4 1

**За каждый верный ответ без ошибки – 2 балла.**

**Часть С.**

**С1.**

1. Прижать пальцем артерию.
2. Наложить жгут или закрутку.
3. Написать записку с временем наложения жгута.
4. Вызвать скорую помощь.
5. До приезда скорой помощи контролировать состояние пострадавшего. **Максимальный балл – 5 баллов.**

**Итого: 26 балла**

**0-13 – «2»**

**14-18 – «3»**

**19 – 22 – «4»**

**23 – 26 – «5»**

### **4.Состав учебно-методического и материально-техническое обеспечения Программа:**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы, предметной линии учебников под редакций А.Т.Смирнова, - 4-е изд. – М.: Просвещение, 2016 г.

#### **Учебник и дидактические материалы:**

- 1.Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2014.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 7 класс: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под. Ред. А.Т. Смирнова; Рос.акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение».- М.: Просвещение, 2013.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь. 7 класс: пособие для учащихся общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение».-М.: Просвещение,2014
4. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль. 7 класс: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов; под.ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение».- М.: Просвещение, 2014.

#### **Дополнительная литература:**

- 1.Рыбин А.Л. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов, Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
- 2.Основы безопасности жизнедеятельности: справочник / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев; под ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2010
- 3.Сальникова И. В. «Свой? – Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся /И. В. Сальникова. - М.: Просвещение, 2010

4. Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности / сост. Б. И. Мишин. М.: Астрель, 2009. 285 с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5 – 9 кл. / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2010
6. Основы безопасности жизнедеятельности: секреты преподавания / Л. А. Тетушкина. Волгоград: Учитель, 2009. 238 с.
7. Рыбин А.Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл. / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

### **Интернет ресурсы по ОБЖ.**

Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение  
<http://www.risk-net.ru> Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России»  
<http://www.znopr.ru> Искусство выживания  
<http://www.goodlife.narod.ru> Лига здоровья нации  
<http://www.ligazn.ru>  
Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru>  
Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru>

### **Технические средства**

<b>№ п/п</b>	<b>Техническое средство</b>
1	компьютер
2	мультимедиапроектор