

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА «ГАЗИМУРО-ЗАВОДСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА

Принята на заседании
педагогического совета
от «01» 12 2022 года
Протокол № 3

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Социально-гуманитарной направленности**

«Юный спасатель»

Возраст обучающихся: 10-11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Софронов
Никита Андреевич, педагог
дополнительного образования

с. Ушмун, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.....	3-4
2. Цель и задачи программы.....	4-5
3. Содержание программы	5-6
4. Планируемые результаты.....	6-7
5. Календарный учебный график.....	8-9
6. Условия реализации.....	9-10
7. Формы аттестации.....	10
8. Оценочные материалы.....	10
9. Методические материалы.....	10-11
10. Список литературы.....	11-13
11. Приложения.....	13-28

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» □
Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утв. 7 декабря 2018 г.)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015.
Министерство образования и науки РФ

Программа кружка «Юный спасатель» составлена на основе примерной программы для системы дополнительного образования детей под редакцией А.Т. Смирнова.-М.: Просвещение,2009,программы основы безопасности жизнедеятельности под редакцией В.Н.Латчук В.В.Марков М.: Просвещение, 2011.

Данная программа «Юный спасатель»- туристско- краеведческого направления

Отличие. При реализации программы несравненно больше, чем на уроке, создаются условия для развития индивидуальных задатков, интересов, склонностей обучающихся, да и сама работа, призванная учитывать личные запросы школьника, стремится к их удовлетворению, требует дифференцированного и индивидуального подхода в обучении.

Актуальность данной программы в том, что ее содержание отражает основные принципы построения безопасного образования детей, начиная с младшего школьного возраста.

Эта программа, поможет нашим детям изучить основные правовые документы в области защиты от чрезвычайных ситуаций, и ведения аварийно-спасательных работ, приобрести опыт прохождения туристских маршрутов, и навыки основ выживания в экстремальных условиях. Изучить инструменты и приборы для ведения спасательных работ, средства защиты от поражающих факторов, способы оказания первой медицинской помощи, меры безопасности при ведении аварийно-спасательных работ, получить психологическую закалку.

Педагогическая целесообразность. В процессе реализации данной программы формируются и развиваются знания и практические навыки работы в естественных природных условиях, которые необходимы всем для успешности в будущем. Программа имеет практическую значимость, так как получение обучающимися знаний в области безопасности и практических навыков работы с графической информацией (в данном случае с цифровой картой, схемами) является составным элементом общей функциональной культуры современного человека, служит основой для дальнейшего роста профессионального мастерства. Темы данного курса тесно переплетаются с жизненными ситуациями, что предусматривает получение конкретных знаний и навыков по предупреждению чрезвычайных ситуаций, умению ликвидировать их в начальной стадии, а, оказавшись в зоне опасности, быстро находить правильный выход из создавшейся ситуации, не допуская паники.

Цель программы – создание условий, обеспечивающих развитие ценностно-смысловых установок, способности к ЗОЖ и личностному самоопределению, осознанного отношения к личной и общественной безопасности .

Задачи:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.
- формировать сознательное отношение к личной и общественной безопасности;
- развивать потребности в активной личной заботе о себе и о близких;
- развивать активность каждого ребёнка в личной безопасности;

Адресат. Программа кружка «Юный спасатель» рассчитана на один год обучения. На программу зачисляются все желающие.

Объем учебного времени – 36 часа

Возрастная категория –10-11 лет

Обучение 1 раз в неделю, по одному часу-45 минут, каждый четверг.

Формы обучения. Тематические занятия, игровые занятия, практические занятия, экскурсии.

Планируемые результаты

У обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные (регулятивные, познавательные, коммуникативные) и предметные универсальные учебные действия.

Личностными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие.

Самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).

В предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

Метапредметными результатами является формирование следующих УУД:

Регулятивные УУД:

- Формировать убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- Применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- Уметь оказать первую помощь пострадавшим;

- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

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

Познавательные УУД:

- Понимать 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;

Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.

Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в литературе.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы в парах, группах.

Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.

Коммуникативные УУД:

Доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Проявлять уважение и готовность выполнять совместно установленные договоренности и правила (как со сверстниками, так и со взрослыми).

Предметными результатами является сформированность следующих умений:

- Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)

- Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа

- Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к поисковой и творческой деятельности

- Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа

- Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

- Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства

- Владение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Формы подведения итогов. Контроль знаний, умений и навыков проводится по окончанию изучения темы в виде контрольных работ, тестов, практических работ, рефератов и других творческих работ, а также проводится текущий контроль. Используются разноуровневые тестовые задания.

Оценочные материалы. Обучающийся, освоивший программу должен обладать необходимыми для дальнейшего обучения знаниями, умениями и навыками. Оценочными материалами для контроля результативности обучения служат:

- устные и письменные опросы на занятиях

- тесты на теоретические знания (приложение 1)

- практические задания (приложение 2)

Календарно-учебный план

№ п/ п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часо в	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			аудитор ные	внеауди торные	
I	Безопасность и защита человека в опасных ситуациях. 20 (часов)				
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	8	7	1	Предвидеть опасные и ЧС по их признакам, развивать умения и навыки действовать с учетом сложившейся ситуации; учить вырабатывать алгоритм безопасности.
2	Опасные ситуации техногенного характера	5	4	1	Познакомить с ЧС техногенного характера: радиация, пожары, химически-опасные объекты.
3	Опасные ситуации природного характера	3	3	-	Познакомить с ЧС природного характера, с причинами возникновения и их последствиями. Землетрясения; наводнения; ураганы, смерчи, бури; сели, оползни, обвалы
4	Опасные ситуации социального характера	4	3	1	Учить умению предвидеть возникновение криминогенных ситуаций и выработать правила поведения при угрозе нападения
II	Чрезвычайные ситуации 4 (часов)				

5	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	4	1	3	Познакомить с чрезвычайными ситуациями различного характера, подстерегающими человека, с причинами их возникновения и их последствиями. Формировать у учащихся модель безопасного поведения в условиях повседневной жизни, развивать способности оценивать чрезвычайные ситуации, принимать решения и действовать с учетом своих возможностей.
III Основы здорового образа жизни. 10 (часов)					
6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.	5	1	4	Формировать потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, воспитывать ответственное отношение к сохранению окружающей среды, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности.
IV Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи					
7	Первая медицинская помощь и правила ее оказания.	5	2	3	Познакомить с мерами оказания первой помощи при некоторых неотложных состояниях. Познакомить с основами первой медицинской помощи при различных видах повреждений.
	ИТОГО	34	21	13	

Содержание программы

1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.

Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища Особенности природных условий в городе.

Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Основы безопасности жизнедеятельности человека.

2. Опасные ситуации техногенного характера

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях

3. Опасные ситуации природного характера

Погодные условия и безопасность человека. Безопасность на водоемах

4. Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации и личная безопасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице.

5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера. Алгоритм действия в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера.

6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Курение. Употребление алкоголя.

7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания

Первая медицинская помощь и правила ее оказания. Первая медицинская помощь при различных видах повреждений. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия). Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практические занятия). Оказание первой медицинской помощи при вывихе (практические занятия). Оказание первой медицинской помощи при ссадинах (практические занятия). Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении (практические занятия). Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия).

Условия реализации программы

Эффективность реализации программы зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями программы, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

В классе размещаются средства оснащения, необходимые для доведения до обучающихся, общей информации по разделам и темам курса, научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности. А также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Форма Занятий	Форма подведения итогов	Характеристика деятельности обучающихся
I	Безопасность и защита человека в опасных ситуациях. 20 (часов)				
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	8	Беседа Практическая работа	Составление алгоритма . тест	Предвидеть опасные и ЧС по их признакам, развивать умения и навыки действовать с учетом сложившейся ситуации; учить вырабатывать алгоритм безопасности.
2	Опасные ситуации техногенного характера	5	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение	собеседование	Познакомить с ЧС техногенного характера: радиация, пожары, химически-опасные объекты.
3	Опасные ситуации природного характера	3	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение	собеседование	Познакомить с ЧС природного характера, с причинами возникновения и их последствиями. Землетрясения; наводнения; ураганы, смерчи, бури; сели, оползни, обвалы
4	Опасные ситуации социального характера	4	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение	Собеседование, контрольный тест	Учить умению предвидеть возникновение криминогенных ситуаций и выработать правила поведения при угрозе нападения
II	Чрезвычайные ситуации 4 (часов)				

5	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	4	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение, практическая работа	собеседование	Познакомить с чрезвычайными ситуациями различного характера, подстерегающими человека, с причинами их возникновения и их последствиями. Формировать у учащихся модель безопасного поведения в условиях повседневной жизни, развивать способности оценивать чрезвычайные ситуации, принимать решения и действовать с учетом своих возможностей.
III Основы здорового образа жизни. 10 (часов)					
6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.	5	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение, практическая работа	Собеседование, конференция	Формировать потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, воспитывать ответственное отношение к сохранению окружающей среды, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности.
IV Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи					
7	Первая медицинская помощь и правила ее оказания.	5	Беседа Просмотр видео фильмов, обсуждение, практическая работа	Собеседование, конференция	Познакомить с мерами оказания первой помощи при некоторых неотложных состояниях. Познакомить с основами первой медицинской помощи при различных видах повреждений.
	ИТОГО	34			

Методические материалы

Изучение данной программы предполагает получение обучающимися знаний по безопасности, которая определяет решающую роль человека в выработке способностей и умения сохранить здоровье и жизнь в условиях

различного рода экстремальных ситуаций природного, техногенного, экологического и социального характера. Более детальное рассмотрение вопросов безопасности в жизни и быту позволит обобщить накопленный, в том числе и на уроках ОБЖ, материал на основе анализа конкретных ситуаций, что значительно активизирует учебно-воспитательный процесс, станет побудительным фактором к творческому подходу в поиске правильных решений по выходу из чрезвычайных ситуаций

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного обучения Софронов Никита Андреевич, учитель ОБЖ МОУ Ушмунской СОШ.

Материально -технического обеспечения программы

Наименование		Количество	Количество
1. Учебная литература.			
	Учебник ОБЖ 5класс. Авт. В.В.Поляков, М.И.Кузнецов,	шт.	1
	Учебник ОБЖ 6 класс. Авт. А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук	шт	1
	Набор плакатов по ОБЖ	шт	10
	Программа ОБЖ по ред. А.Т. Смирнова 5-11 классы	шт.	7
	Учебник по основам медицинских знаний 5-9	шт.	1
2. Учебные и учебно-наглядные пособия.			
	Набор «Дорожные знаки»	шт.	1
	Проектор	шт.	1
	Компасы учебные	шт	6
	Ноутбук	шт.	1
	Экран	шт.	1
3. Медицинское имущество.			
	Индивидуальные средства медицинской защиты;		
	- Аптечка	шт.	1
	Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластари:		1
	- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м x 14см	шт.	3
	- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м x 10см	шт.	3
	- вата медицинская компрессная	кг.	1
	- косынка медицинская (перевязочная)	шт.	3

	- повязка медицинская большая стерильная	шт	2
	- повязка медицинская малая стерильная	шт.	2
	Медицинские предметы расходные:		
	-Детская защитная камера	шт.	1
	-противогазы	шт.	8
	- шина фанерная длиной	шт.	2

Список литературы

(для педагога, родителей и обучающихся)вся литература подобрана для более полного и индивидуального изучения.

1. Методические материалы по ОБЖ 2001г.- А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин
2. Программа ОБЖ 2013г.- общая редакция А.Т. Смирнов
3. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2013г.-В.Н.Латчук, Б.И.Мишин.
4. Методика обучения ОБЖ 2003г.-Л.В.Байбородова,Ю.В.Индюков.
5. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности» 2000г.- А.Г.Маслов
6. Полевые туристские лагеря 2000г.- А.Г.Маслов, Ю.С.Константинов, И.А.Дрогов.
7. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы 2003г.- С.Э.Некляев.
8. Школа выживания в экстремальных ситуациях 2000г.- Генрих Ужегов.
9. Программ: «Юные инструкторы туризма», «Юные туристы-спелеологи», «Юные туристы-экологи», «Юные туристы спасатели» под общей редакцией: Константинова Юрия Сергеевича, доктора педагогических наук, заслуженного учителя Российской Федерации, директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения; Маслова Анатолия Григорьевича, кандидата педагогических наук, Заслуженного учителя Российской Федерации, заместителя директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения; И.А. Дрогова, заместителя директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения, к.п.н., доцента, мастера спорта по туризму, судье всесоюзной категории, спасателя II класса.
10. Примерна учебная программа детского объединения участников движения «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»-2005г.
11. Дополнительная образовательная программа «ЮНЫЙ СПАСАТЕЛЬ» - Левченко Т.А.
12. Примерна учебная программа детского объединения участников движения «ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»
13. Блошенко М.Г. и другие. Пособие по обучению молодых солдат. М.: Воениздат, 1960.
14. Виноградов А.В., Шаховец В.В. Медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. М.:1996.(Библиотечка журнала «Военные знания»).

15. Баленко С.В. Школа выживания: Приложение к журналу "Зарубежное военное обозрение". - М.: 1992.
16. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.
17. Вознесенский В.В., Зайцев А.П. Сильнодействующие ядовитые вещества. Технические жидкости. Ртуль. М., 1996.(Библиотечка журнала «Военные знания»).
18. Воробьев Ю.Л. и др. Катастрофы и человек. М.: АСТ-ЛТД 1997.
19. Государственная программа « Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001 – 2005 годы». М.: Российский государственный военный историко-культурный центр при Правительстве РФ, 2001.
21. Гражданская оборона: Учебное пособие. М.: Просвещение, 1991.
22. Дуриков А.П. Радиация вокруг нас. М.: 1992.(Библиотечка журнала «Военные знания»).
23. Жиллов Ю.Д. и др. Основы медико-биологических знаний.(Азбука первой медицинской помощи). М.: Высшая школа, 1996.
24. Занин В.Ю. Снаряжение подводного пловца. СПб.: Макет, 1997.
25. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М.: 1995.
26. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Учеб.- метод. пособие М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2000.
27. Маслов А.Г. и др. Полевые туристские лагеря. М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2000.

Приложения

Тесты по разделу:

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

**Тема: «Опасные чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни,
и правила безопасного поведения»**

1. *Из перечисленных ниже причин выберите те, которые являются причинами вынужденного автономного существования в природных условиях:*
 - а) потеря части продуктов питания;

- б) несвоевременная регистрация туристической группы перед выходом на маршрут;
- в) потеря ориентировки на местности во время похода;
- г) потеря компаса;
- д) авария транспортных средств в условиях природной среды;
- е) крупный лесной пожар;
- ж) отсутствие средств связи.

Ответ: в; д; е.

2. *Порядок действий в различных аварийных ситуациях в условиях природной среды отличается друг от друга и зависит от конкретной обстановки. Из приведенных ниже случаев выберите те, когда командир группы должен принять решение об уходе с места аварии:*

- а) группа не может быть обнаружена спасателями из-за окружающей ее густой растительности;
- б) направление на ближайший населенный пункт и его удаление не известны;
- в) место происшествия точно не определено, местность незнакомая и трудно проходимая;
- г) в течение трех суток нет связи и помощи;
- д) возникла непосредственная угроза жизни людей;
- е) сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- ж) точно известно местонахождение населенного пункта, и состояния здоровья людей позволяет преодолеть расстояние до населенного пункта.

Ответ: а; г; д; ж.

3. *Собираясь в поход, вам необходимо подобрать одежду. Каким ниже перечисленным требованиям она должна соответствовать:*

- а) одежда должна быть свободной и надеваться в несколько слоев;
- б) одежда быть из синтетических материалов;
- в) одежда должна быть однотонного цвета или из камуфлированного материала;
- г) одежда должна быть чистой и сухой.

Ответ: а; г

4. *Выберите из предложенных вариантов установленные требования к сооружению временного жилища:*

- а) место должно находиться на берегу реки на уровне воды;
- б) место должно находиться на ровной возвышенной продуваемой площадке;
- в) место должно находиться среди сухостоя, который можно использовать для костра;
- г) возле площадки должен находиться источник воды и достаточно топлива;
- д) недалеко от площадки должна быть дорога или наезженная тропа;
- е) возле лагеря должна быть площадка (поляна) для подачи сигналов бедствия в случае необходимости.

Ответ: б; г; е.

4. *Как правильно разводить костер? Разместите предложенные ниже действия в порядке очередности:*

- а) положить на почву растопку;
- б) на растопку положить ветки;
- в) поджечь костер двумя-тремя спичками;
- г) приготовить растопку и дрова;
- д) сверху веток положить поленья, дрова;
- е) соблюдать правила пожарной безопасности.

Ответ: г; а; в; б; д; е.

5. Выберите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях:

- а) очистка через фильтр из песка и материи;
- б) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
- в) кипячение воды;
- г) добавление в воду марганцовки.

Ответ: в.

Тест на тему « ЧС на дорогах»

1. Как расшифровывается ДТП?

Дорожно-транспортное происшествие

Детская травма пассажира

Дорога травм опасных путей

2. Где происходит более 70% ДТП?

На внегородских автомобильных трассах

Вблизи железных дорог

В городах и населённых пунктах

3. Что является причиной более 85% ДТП?

Отсутствие светофором

Нарушение ПДД

Невнимательность пешеходов

4. Кто должен соблюдать ПДД в России?

Пешеходы

Водители

Пассажиры

Водители и пешеходы

5. Какое движение принято в России?

Левостороннее

Правостороннее

Прямолинейное

6. Обусловленная или приспособленная и используемая для движения транспортных средств полоса земли либо поверхность искусственного сооружения – это:

дорога
тротуар
полоса
обочина

7. Дорога включает в себя:

Проезжую часть
Трамвайные пути
Тротуар
Обочина
Разделительные полосы
Бордюры
Тротуар
Велосипедную дорожку

8. Что регулирует дорожное движение?

дорожная разметка
дорожные знаки
светофоры
регулирующие
дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры
дорожные знаки, светофоры, регулировщики

9. На сколько групп разделены все дорожные знаки?

5
7
8
9

10. Знаки, какой группы имеют форму треугольника?

Предупреждающие
Запрещающие
Предписывающие

11. Знаки, какой группы запрещают движения или выполнения определенных маневров?

Предупреждающие
Запрещающие
Предписывающие

12. Знаки, какой группы не вводят запретов, а указывают кому и куда можно передвигаться?

Предупреждающие
Запрещающие
Предписывающие

ВАРИАНТ № 1

Фамилия Имя _____ гр. № _____ Число _____

Выберите правильный(е) вариант(ы) ответов

1. *Что вызывает образование раковых опухолей у курильщиков?*

- a) Радиоактивные вещества
- b) Никотин
- c) Эфирные масла
- d) Цианистый водород

2. *Во сколько раз угарный газ (окись углерода), образующийся при горении табака, растворяется в крови курильщика быстрее, чем кислород?*

- a) В 300 раз
- b) В 100 раз
- c) В 200 раз
- d) В 400 раз

3. *Пассивный курильщик – это человек*

- a) Выкуривающий до двух сигарет в день
- b) Находящийся в одном помещении с курильщиком
- c) Выкуривающий одну сигарету натошак
- d) Нюхающий табак

4. *Что такое здоровый образ жизни?*

- a) Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- b) Лечебно – физкультурный оздоровительный комплекс
- c) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление. Здоровья
- d) Регулярные занятия физической культурой

5. *Алкоголь, попавший в организм человека:*

- a) Растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы

- b) Быстро выводится вместе с мочой
- c) Не выводится из организма до самой смерти
- d) Оказывает благоприятное воздействие на внутренние органы человека

6. Употребление какого количества алкоголя может привести к алкогольному отравлению:

- a) 350 г
- b) 250 г
- c) 400 г
- d) 500 г и более

7. Алкоголизм – это

- a) Заболевание на почве пьянства
- b) Кратковременное состояние алкогольного опьянения
- c) Умеренное потребление спиртных напитков
- d) Временное недомогание

8. Болезни, возникающие в результате злоупотребления веществами, вызывающими кратковременное чувство благоприятного психического состояния, – это:

- a) Заболевания сердца
- b) Табакокурение и алкоголизм
- c) Пищевое отравление
- d) Наркомания и токсикомания

9. Что такое режим дня?

- a) Порядок выполнения повседневных дел
- b) Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- c) Перечень повседневных дел, распределённых по времени выполнения
- d) Строгое соблюдение определённых правил

10. Что такое рациональное питание?

- a) Питание, распределённое по времени принятия пищи
- b) Питание с учётом потребности организма
- c) Питание определённым набором продуктов
- d) Питание с определённым соотношением питательных веществ

Тест на тему «Основы здорового образа жизни»

ВАРИАНТ № 2

Фамилия Имя _____ гр. № _____ Число _____

Выберите правильный(е) вариант(ы) ответов

1. Какие известны факторы воздействия на здоровье человека?

- а. гомеопатические;
- б. физические;
- в. химические и биологические;
- г. социальные и психические.

2. Что необходимо сразу же предпринять, если на кожу попала кислота или другое химическое вещество?

- а. ополоснуть кожу марганцовкой;
- б. протереть это место спиртом;
- в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;
- г. немедленно промокнуть это место тампоном.

3. Как называется наиболее распространённая форма эрозии зубов?

- а. аденома;
- б. псориаз;
- в. герпес;
- г. кариес;
- д. коррозия;

4. Какую пищу необходимо чаще употреблять, чтобы укрепить зубы?

- а. продукты содержащие животные и растительные жиры;
- б. мясные продукты;
- в. рыбу и морепродукты;
- г. яблоки, морковь, орехи, семечки подсолнуха, оливки, сыр.

5. Как называется болезнь, вызывающая появление на коже головы и в волосах человека белых и желтоватых чешуек?

- а. диспепсия;
- б. диабет;
- в. герпес;
- г. себорея;

6. Какую пищу необходимо исключить из рациона при заболевании, связанным с нарушением обмена веществ?

- а. орехи;
- б. сыр;
- в. жирные и острые блюда;
- г. копчёное мясо и рыбу.

7. Каким требованием должен удовлетворять материал, из которого изготавливается одежда?

- а. быть теплопроводным и воздухопроницаемым;
- б. быть теплопроводным и воздухонепроницаемым;
- в. быть гигроскопичным и водосбалансированным;
- г. быть гигроскопичным и водоёмким.

8. Какие способы очищения организма наиболее распространены?

- а. специальные диеты;
- б. использование тепла;
- в. применение клизм, голодание;
- г. применение холода;
- д. использование мочегонных и желчегонных средств.

9. В чём заключается важнейшая задача семьи?

- а. развитие интеллектуальных качеств супругов на благо общества;
- б. рождение и воспитание детей;
- в. рождение детей;
- г. развитие духовных качеств супругов.

10. Какой брак официально признан в Российской Федерации?

- а. брак, зарегистрированный в общественной организации;
- б. специальный брак, зарегистрированный в органах МВД России;
- в. гражданский брак, заключённый в соответствии с обычаями и традициями;
- г. гражданский брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния.

Тест по теме: Основы медицинских знаний.

1. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а. медленное и тягучее кровотечение;
- б. быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в. сильная боль в повреждённой части тела;
- г. кровь ярко-красного цвета;
- д. кровь темно-красного цвета.

2. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а. кровь спокойно вытекает из раны;
- б. кровь фонтанирует из раны;
- в. кровь ярко-красного цвета;
- г. кровь тёмно-красного цвета;
- д. слабость.

3. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б. прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
- в. плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- г. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- д. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

4. Как правильно наложить давящую повязку?

- а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
- б. обработать края раны вазелином или кремом;
- в. прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г. наложить повязку.

5. Укажите признаки внутреннего кровотечения?

- а. порозовение кожи в области повреждения;
- б. посинение кожи в области повреждения;
- в. учащённый слабый пульс и частое дыхание;
- г. кашель с кровянистыми выделениями;
- д. повышение артериального давления;
- е. чувство неутолимого голода.

6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- а. промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- в. смазать рану вазелином или кремом;
- г. заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

7. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а. наложением холода на место ушиба;
- б. наложением тепла на место ушиба;
- в. наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

8. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- а. наложить на повреждённое место холод;
- б. наложить на повреждённое место тепло;
- в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

9. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- а. обеспечить повреждённой конечности покой;
- б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

10. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- а. вправить вышедшие наружу кости;
- б. остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;

в. на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;

г. провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

11. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

а. провести иммобилизацию места перелома;

б. устранить искривление конечности;

в. положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;

г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

12. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;

б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;

в. на голову пострадавшему положить холод;

г. вызвать врача.

13. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

а. положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;

б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;

в. произвести прекардиальный удар в область грудины;

г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

Приложение 2

Практические задания по ОБЖ 5-7 класс

По *практическому туру* максимальная оценка результатов участника младшей возрастной группы определяется арифметической суммой всех баллов, полученных по заданиям секций «Оказание первой медицинской помощи пострадавшему», «Выживание в природной среде», «Действия в чрезвычайных ситуациях», которая не должна превышать **105 баллов**.

Секция 1 «Оказание первой медицинской помощи пострадавшему»

Задание 1. Окажите первую помощь пострадавшему с кровотечением из носа.

Условие: выполняется на манекене или статисте.

Алгоритм выполнения задания:

Удобно усадить больного, чтобы голова была выше туловища;

Голову пострадавшего слегка наклонить вперед;

Прижать крыло носа к перегородке. Перед этим ввести в носовые ходы ватные тампоны, смоченные 3% раствором перекиси [водорода](#);

Приложить лед на затылок и переносицу.

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **25 баллов**.

№	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф
1.	Больной находится не в положении сидя	5 баллов
2.	Голова запрокинута назад	10 баллов
3.	Не введены тампоны, смоченные раствором перекиси водорода	25* баллов
4.	Не приложен лёд	5 баллов

* – после этой ошибки дальнейшие действия теряют смысл, и по заданию выставляется оценка – 0 баллов.

Задание 2. Во время спортивной игры пострадавший получил вывих в голеностопном суставе. Окажите первую медицинскую помощь.

Условие: выполняется на манекене или статисте.

Алгоритм выполнения задания:

Придать неподвижность голеностопному суставу;

Предложить анальгин (имитировать);

Зафиксировать голеностопный сустав эластичным бинтом. Повязку накладывают следующим образом: делают тур вокруг нижней части голени, затем крестовый виток от внутренней лодыжки к подушечке мизинца стопы, виток вокруг стопы на уровне подушечек пальцев, затем крестовый виток от подушечки большого пальца к наружной лодыжке, опять проводят бинт вокруг голени и снова повторяют витки вокруг стопы сверху предыдущих;

Приложить лед;

Вызвать скорую помощь

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **25 баллов**.

№	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф
1.	Не придана неподвижность голеностопному суставу;	5 баллов
2.	Не предложен анальгин (имитировать);	5 баллов

3.	Не зафиксирован голеностопный сустав эластичным бинтом.	15* баллов
4.	Не приложен лёд	5 баллов
5.	Не вызвана « Скорая помощь»	5 баллов

* – после этой ошибки дальнейшие действия теряют смысл, и по заданию выставляется оценка – 0 баллов.

Секция 2 «Выживание в условиях природной среды»

Задание 1 Вязка узлов.

Условия: за линией старта находится стол, на котором лежат карточки с условием выполнения узла. Узел определяется по жребью. (прямой, восьмёрка, булинь. стремя)

Алгоритм выполнения задания:

1. Участник выбирает карточку с условием выполнения узла, переворачивает и приступает к выполнению задания. Время выполнения задания 1 минута.

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **10 баллов.**

№ п/п	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф (баллы)
1	Не завязан контрольный узел (должен иметь выход свободного конца не менее 50 мм)	2
2	Перехлест прядей	2
3	Завязан узел несоответствующий вытянутой карточке	10
4	Узел не завязан в течение 1 минуты	10

Задание 2. Сложение костра, для приготовления пищи немногочисленной группы туристов.

Оборудование: дрова, х/б перчатки.

Условие: сложить дрова для костра, предназначенного для приготовления пищи не - многочисленной группы туристов.

Алгоритм выполнения: Наиболее подходящий вид костра «Колодец». Дрова выкладываются рядами крест — накрест в виде колодца.

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **15 баллов.**

Секция 3 «Действия в чрезвычайных ситуациях»

Задание 1. Вызов пожарной охраны с использованием домашнего телефона.

Условие: в помещении произошло возгорание компьютера. Необходимо вызвать пожарную охрану с помощью домашнего телефона.

Алгоритм выполнения задания:

Имитировать набор номера 01, или 112

Сообщить:

факт возникновения пожара;

адрес объекта (улица, № дома и квартиры);

место пожара (что и где горит);

свою фамилию, имя и отчество;

№ телефона, откуда передается сообщение;

предложить свои услуги по встрече пожарной команды

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **15 баллов.**

№	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф
1.	<i>Ошибки при вызове пожарной охраны</i> не вызвана пожарная охрана не назван адрес не названо место пожара не названы фамилия, имя, отчество	3 балла 1 балл 1 балл
2.	Не надето индивидуальное средство защиты органов дыхания – марлевая повязка	5 баллов

Задание 2. Приведение гражданского противогаза ГП-5 (ГП-7) в «боевое» положение.

Условие: По команде члена жюри «газы» привести противогаз в «боевое» положение.

Алгоритм выполнения задания:

задержите дыхание, закройте глаза;

снимите [головной убор](#) и зажмите его между коленями или положите рядом;

выньте противогаз из сумки, возьмите обеими руками за утолщенные края у подбородочной части шлем-маски так чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри нее;

приложите нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натяните ее на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз;

устраните перекося и складки, если они образовались при надевании лицевой части, сделайте полный выдох, откройте глаза и возобновите дыхание;

наденьте головной убор, застегните сумку и закрепите ее на туловище, если это не было сделано ранее.

Оценка задания. Максимальная оценка за правильно выполненное задание – **15 баллов.**

№	Перечень ошибок и погрешностей	Штраф
1.	Не задержано дыхание, не закрыты глаза; Большие пальцы не снаружи, а остальные не внутри нее; Не устранены перекося и складки, если они образовались при надевании лицевой части Не надели головной убор, не застегнули сумку и не закрепите ее на туловище, если	15* баллов 5 баллов 3 балла 1 балл

это не было сделано ранее.	
----------------------------	--

* – после этой ошибки дальнейшие действия теряют смысл, и по заданию выставляется оценка – 0 баллов.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 135955613336665976574499022560335136778487908091

Владелец Кочнев Владимир Михайлович

Действителен с 20.06.2023 по 19.06.2024