

А. Т. Смирнов Б. О. Хренников М. В. Маслов

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

7
класс




ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Рабочая тетрадь

А. Т. Смирнов Б. О. Хренников М. В. Маслов

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



7 класс

Учебное пособие
для общеобразовательных организаций

Под редакцией А. Т. Смирнова

4-е издание

Москва
«Просвещение»
2016

УДК 373.167.1:614.8
ББК 68.9я72
С50

6+

Учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5–9 классов общеобразовательных организаций под редакцией А. Т. Смирнова

В тетрадь включены творческие увлекательные задания (тесты, ситуационные задачи, кроссворды), рассчитанные на выработку у учащихся способностей самостоятельно искать и находить решения проблем по обеспечению личной безопасности и безопасности окружающих.

Учебное пособие дополняет предметную линию учебников под редакцией А. Т. Смирнова. Структура пособия соответствует учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс» (под редакцией А. Т. Смирнова).

ISBN 978-5-09-038435-3

© Издательство «Просвещение», 2013
© Художественное оформление.
Издательство «Просвещение», 2013
Все права защищены

Введение

Данная рабочая тетрадь предназначена для того, чтобы помочь вам более глубоко и с пользой для вашей безопасности усвоить учебный материал предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 7 классе.

Данная рабочая тетрадь предназначена для того, чтобы помочь вам:

- научиться анализировать прочитанное;
- размышлять о том, как более эффективно использовать свои знания в жизни;
- формировать у себя определённые убеждения, привычки и качества, которые необходимы вам в повседневной жизни.

Выполняя предложенные в рабочей тетради задания к каждому параграфу учебника, вы получите возможность:

- научиться внимательно работать с учебником и другими источниками информации;
- анализировать причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера;
- проектировать индивидуальные планы безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Вы научитесь также характеризовать терроризм как преступление, не имеющее оправдания и представляющее одну из самых серьёзных угроз национальной безопасности России, выработаете отрицательное отношение к любым видам террористической и экстремистской деятельности.

Усвоите особенности физического, психического и социального развития человека в подростковом возрасте. Спроектируете индивидуальную систему здорового образа жизни на ближайшую перспективу с учётом своих возрастных особенностей.

Отработаете приёмы оказания первой помощи пострадавшим при наружном кровотечении, при ушибах и переломах.

Работая с данной тетрадью, вы получите возможность проверить уровень своих достижений по каждой теме программы.

Желаем вам успехов в деле подготовки к безопасной и успешной жизнедеятельности!

Как работать с рабочей тетрадью

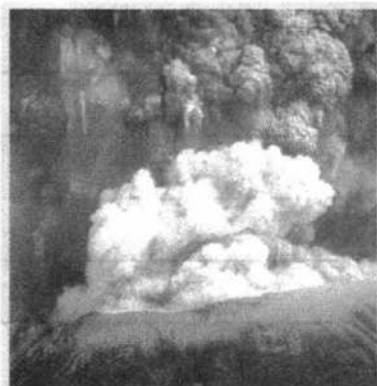
В рабочей тетради даются задания к каждому параграфу учебника. Перед выполнением заданий нужно внимательно прочитать параграф (желательно не один раз) и выслушать объяснения преподавателя. Большинство сведений, которые понадобятся вам при выполнении заданий, содержатся в тексте учебника. Примеры предлагается искать в Интернете и других источниках информации. Часть заданий выполняется письменно непосредственно в рабочей тетради, часть – в дневнике безопасности, как вы это делали в 5 и 6 классах.

При выполнении заданий на соотнесение различных показателей и их характеристик, используя линейку и карандаш, соединяйте записи с правильными ответами. Можно также пронумеровать по порядку записи в первой колонке и подставить соответствующие цифры во второй колонке.

Не всегда в учебнике содержится точное объяснение некоторых понятий. Советуем по возможности обращаться к словарям, энциклопедиям и справочникам для того, чтобы дать собственное определение.

В рабочую тетрадь включены кроссворды. Все слова для них можно найти в параграфах темы, которая в данный момент изучается.

Модуль 1 Основы безопасности личности, общества и государства



Разделы 1–2

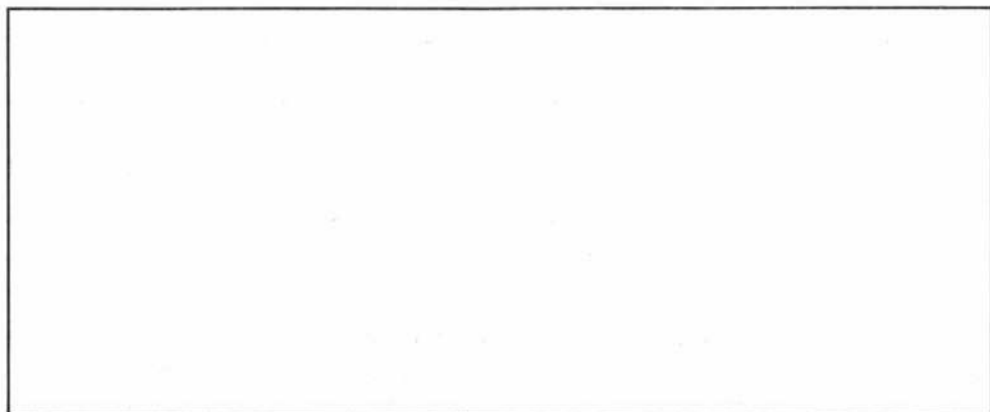
Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Глава 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

1.1. Различные природные явления

ЗАДАНИЕ № 1

Изобразите в тетради структурную схему строения Земли, обозначьте на ней оболочки Земли.



ЗАДАНИЕ № 2

Запишите названия оболочек Земли в таблицу и дайте краткую характеристику каждой из них.

№ п/п	Наименование оболочки Земли	Краткая характеристика оболочки Земли
1		
2		
3		
4		

ЗАДАНИЕ № 3

Запишите основные природные явления, которые оказывают влияние на безопасность жизнедеятельности человека, в таблицу, разместив их по месту возникновения (в литосфере, в атмосфере, в гидросфере, в биосфере) с указанием опасных ситуаций, к которым они приводят. Таблицу можно нарисовать в дневнике безопасности.

№ п/п	Место возникновения	Опасные ситуации
1		
2		
3		
4		
5		

ЗАДАНИЕ № 4

Перечислите опасные природные явления, наиболее характерные для региона вашего проживания. Нарисуйте таблицу в дневнике безопасности, запишите названия природных явлений и укажите время

года, в которое они чаще всего случаются. При заполнении таблицы можно использовать Интернет и справочную литературу.

№ п/п	Опасное природное явление	В каком году произошло	В какое время года
1			
2			
3			
4			
5			

ЗАДАНИЕ № 5

Зачеркните лишние слова в перечислении чрезвычайных ситуаций природного характера:

- извержение вулкана
- гидродинамическая авария
- циклон
- сель
- землетрясение
- буря
- ураган
- смерч
- оползень
- наводнение
- цунами
- телефонный терроризм

Объясните, какое отношение к чрезвычайным ситуациям природного характера имеют оставшиеся слова. Составьте с ними предложения и запишите их в рабочей тетради.

1.2. Общая характеристика природных явлений

ЗАДАНИЕ № 1

Прочитайте и проанализируйте учебный материал параграфа 1.2 учебника. Выделите основные причины возникновения таких геологических природных явлений, как землетрясения и извержения вулканов. Подберите в различных источниках информации примеры этих природных явлений в Российской Федерации. Сформулируйте свои выводы в табличном виде в дневнике безопасности.

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте основные атмосферные процессы, связанные с движением воздушных масс, определите причины возникновения опасных метеорологических явлений. Подберите примеры имевших место опасных метеорологических явлений в вашем регионе. Сформулируйте свои выводы о причинах возникновения опасных метеорологических явлений. Таблицу нарисуйте в дневнике безопасности и заполните её.

Примеры опасных метеорологических явлений в моём регионе	Выводы о причинах их возникновения
Пример 1.	
Пример 2.	
Пример 3.	

ЗАДАНИЕ № 3

Изучите и проанализируйте основные гидрологические явления, связанные с круговоротом воды в природе, определите причины возникновения опасных гидрологических природных явлений. Подбе-

рите примеры опасных гидрологических явлений, имевших место в вашем регионе. Сформулируйте свои выводы о причинах их возникновения. Нарисуйте в дневнике безопасности таблицу и заполните её.

Опасные гидрологические явления в моём регионе	Выводы о причинах их возникновения
1.	
2.	
3.	

ЗАДАНИЕ № 4

Изучите, проанализируйте и систематизируйте основные биологические опасные природные явления по особенностям их влияния на безопасность жизнедеятельности человека. Запишите в рабочую тетрадь, заполнив таблицу.

Общее наименование явления	Основная характеристика явления
Природные пожары	
Инфекционные заболевания людей	
Инфекционные заболевания животных	
Поражение сельскохозяйственных растений	

ЗАДАНИЕ № 5

Подберите и проанализируйте ряд конкретных примеров имевших место в вашем регионе биологических опасных природных явлений, связанных с природными пожарами, инфекционными забо-

леваниями людей, животных, с поражением сельскохозяйственных растений. Сформулируйте свои выводы об основных причинах возникновения данных опасных явлений и об опасности, которую они представляют для населения региона. Свои выводы и оценку этих явлений запишите в рабочую тетрадь.

1. _____

2. _____

3. _____

1.3. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера

ЗАДАНИЕ № 1

Подберите из учебника и других источников информации (Интернет, справочные издания, научно-популярная литература) примеры основных природных явлений, которые имеют место на территории Российской Федерации в различных её регионах. Систематизируйте их появление по временам года и запишите в дневник безопасности в табличном виде.

Время года	Опасные природные явления, характерные для данного времени года
Весна	1. 2. 3.
Лето	1. 2. 3.
Осень	1. 2. 3.
Зима	1. 2. 3.

ЗАДАНИЕ № 2

В предложенном тексте допишите пропущенные слова.

«Опасность природных явлений для жизнедеятельности человека зависит от _____ их проявления и _____ в каждом конкретном случае, а также от _____ человека обеспечить свою _____ в опасных природных ситуациях».

ЗАДАНИЕ № 3

Сформулируйте самостоятельно собственные определения понятий «опасная ситуация» и «чрезвычайная ситуация» и запишите их в рабочую тетрадь.

Опасная ситуация – это _____

Чрезвычайная ситуация – это _____

ЗАДАНИЕ № 4

Проанализируйте следующее предложение: «Статистика свидетельствует, что при возникновении опасных ситуаций в трагичном исходе зачастую виноват сам человек, если он неправильно оценил обстановку и допустил грубые ошибки в своём поведении».

Подберите конкретные примеры из различных информационных источников, характеризующие поведение человека в опасных ситуациях и подтверждающие данное утверждение. Оформите свои выводы в табличной форме в дневнике безопасности.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы и выполните задания.

- Из каких оболочек состоит планета Земля?

- Какие причины порождают различные природные явления на Земле?

• При каких условиях природные явления становятся опасными для жизнедеятельности человека?

• Перечислите основные группы опасных природных явлений, имеющих место в регионах Российской Федерации.

• Перечислите регионы Российской Федерации, в которых наиболее часто возникают опасные природные явления геологического происхождения.

• Какие опасные природные явления метеорологического и гидрологического происхождения наиболее характерны для региона вашего проживания?

• Перечислите основные опасные природные явления биологического происхождения, укажите причины их возникновения.

• Объясните, что следует понимать под опасной ситуацией.

• Дайте характеристику стихийному бедствию.

• Дайте собственную формулировку следующему понятию.

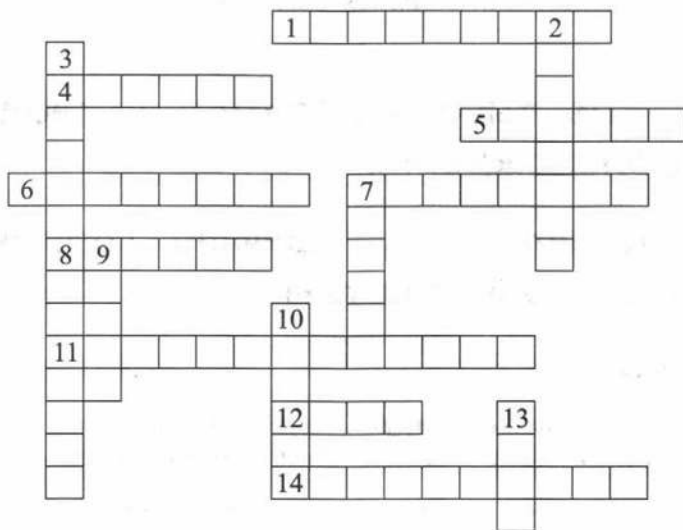
Чрезвычайная ситуация природного характера – это _____

• В чём заключается принципиальное различие между опасной и чрезвычайной ситуацией природного характера?

2. Разгадайте кроссворд.

По горизонтали: 1. Средство передвижения. 4. Погодные условия. 5. Природное воздействие. 6. Окружающая среда. 7. Стечение обстоятельств. 8. Экстремальная ситуация при использовании технических средств. 11. Тектоническое стихийное бедствие. 12. Твёрдые осадки, выпадающие летом. 14. Наступление воды на сушу.

По вертикали: 2. Вредный фактор солнечного излучения. 3. Приспособление организма человека к существующим условиям. 7. Нервное потрясение. 9. Перемещение потока воздуха. 10. Ветер, сметающий всё на своём пути. 13. Кристаллические осадки.



2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

- подбирать характерные примеры опасных природных явлений, имевших место в стране и регионе проживания, из различных информационных источников:

- из учебника
- из Интернета
- из средств массовой информации

- анализировать информацию об опасных природных явлениях, полученную из различных источников

- определять причины возникновения опасных природных явлений

- формулировать мероприятия по обеспечению безопасности жизнедеятельности в условиях опасных природных явлений
- проектировать личный план безопасного поведения для минимизации последствий опасного природного явления

3. Я могу обосновать следующие утверждения

Отметьте знаком «+» те утверждения, которые вы уже можете обосновать.

- Природные явления неизбежны.
- Знание причин возникновения различных природных явлений и их возможных последствий способствует принятию профилактических мер для снижения опасных последствий.

Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

2.1. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия

ЗАДАНИЕ № 1

Перечислите и проанализируйте основные причины возникновения землетрясения. Свои выводы запишите в тетрадь.

1. _____

2. _____

3. _____

ЗАДАНИЕ № 2

Правильно соотнесите интенсивность землетрясения в баллах и силу землетрясения. Используя линейку, карандаш (ручку), соедините записи с правильными ответами.

1 балл	сильное
2 балла	очень слабое
3 балла	сильная катастрофа
4 балла	слабое
5 баллов	опустошительное
6 баллов	довольно сильное
7 баллов	очень сильное
8 баллов	разрушительное
9 баллов	незаметное
10 баллов	уничтожающее
11 баллов	катастрофа
12 баллов	умеренное

ЗАДАНИЕ № 3

Какие регионы Российской Федерации из перечисленных ниже относятся к сейсмически опасным регионам? Зачеркните неправильные ответы.

- Нечерноземье
- Северный Кавказ
- Байкальский регион
- Верховья Дона
- Камчатка
- Сахалин
- Курильские острова
- Якутия
- Алтай

2.2. Защита населения от последствий землетрясений

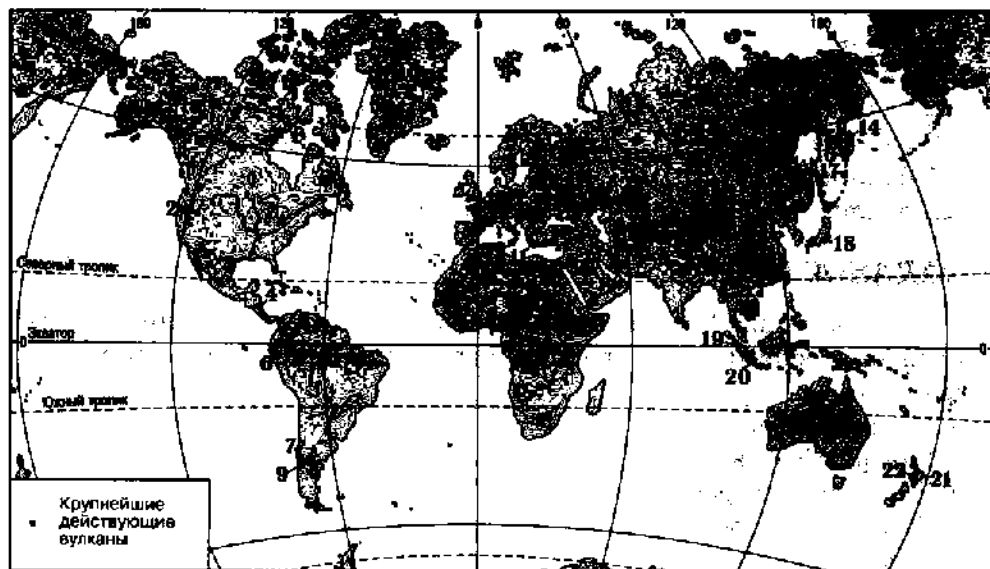
ЗАДАНИЕ № 1

Перечислите основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по защите населения от землетрясений.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

ЗАДАНИЕ № 2

Рассмотрите схему сейсмического районирования нашей планеты. Запишите названия вулканов согласно цифрам, указанным на этой схеме.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____

15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____
21. _____
22. _____

ЗАДАНИЕ № 3

Начертите в дневнике безопасности таблицу «Поведение домашних животных перед землетрясением». Заполните таблицу с помощью примеров из различных источников (Интернета и специальной литературы).

Домашние животные	Регион, в котором произошло землетрясение	Примеры поведения животных
Собаки		
Куры		
Свиньи		
Лошади		
Быки		
Овцы		

ЗАДАНИЕ № 4

Если вы живёте в сейсмически опасной области, запишите в дневник безопасности порядок оповещения населения об угрозе возникновения землетрясения и проанализируйте его.

ЗАДАНИЕ № 5

Подберите в средствах массовой информации пример проведения аварийно-спасательных работ в зоне землетрясения и кратко запишите его в дневник безопасности.

2.3. Правила безопасного поведения населения при землетрясении

По данным МЧС России, пятая часть территории Российской Федерации подвергается землетрясениям интенсивностью 7 баллов и более. Задания для данного урока разработаны в основном для тех учащихся, которые проживают в сейсмически опасных областях. Однако авторы советуют и тем учащимся, которые живут в сейсмически безопасных регионах страны, выполнить их, так как в жизни всё может пригодиться.

ЗАДАНИЕ № 1

Заполните таблицу «Ваши действия, если вы услышали сигнал об опасности возникновения землетрясения».

Если сигнал об опасности возникновения землетрясения застал дома	Если сигнал об опасности возникновения землетрясения застал в школе	Если сигнал об опасности возникновения землетрясения застал на улице

ЗАДАНИЕ № 2

Изучите материал из учебника «Как действовать после землетрясения», проанализируйте рекомендации специалистов и спроектируйте индивидуальный план поведения после землетрясения с учётом того, где вы находились во время землетрясения (дома, в школе, на улице).

План своего поведения запишите в тетрадь.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

2.4. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов

ЗАДАНИЕ № 1

Вставьте пропущенные в тексте слова:

«Вулкан – это коническая _____, из которой время от времени вырывается _____ вещество – магма. Магма образуется при _____ давлениях и температурах в земной коре и верхней мантии (в литосфере)».

ЗАДАНИЕ № 2

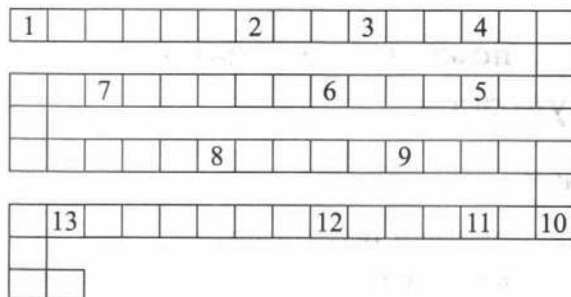
Начертите в дневнике безопасности таблицу «Основные типы существующих вулканов на Земле» и заполните её.

Типы вулканов	Основные характеристики

ЗАДАНИЕ № 3

Разгадайте чайнворд.

1. Вулкан в Сальвадоре. 2. Место зарождения магмы. 3. Вид вулкана. 4. Сильное возбуждение. 5. Выводной канал вулкана. 6. Куски горных пород, выбрасываемые вулканом. 7. Действие вулкана. 8. Местонахождение Везувия. 9, 10. Вулканическая горная порода. 11. Одна из характеристик вулканов. 12. Способ решения задач. 13. Расплавленная масса извергающегося вулкана.



2.5. Последствия извержения вулканов. Защита населения

ЗАДАНИЕ № 1

Вставьте пропущенные в тексте слова:

«При извержении вулканов _____ вулканические продукты выбрасываются в окружающую среду из жерла вулкана при мощных взрывных _____. Наиболее распространёнными _____ вулканическими продуктами являются вулканические _____».

ЗАДАНИЕ № 2

Охарактеризуйте лавовые и вулканические грязевые потоки, определите и сформулируйте опасность, которую они представляют для человека и окружающей среды.

1. _____

ЗАДАНИЕ № 3

Охарактеризуйте твёрдые вулканические продукты, образующиеся при извержении вулканов, отметьте их разновидности, сформулируйте угрозы, которые они представляют для человека и окружающей среды.

ЗАДАНИЕ № 4

Зачеркните лишние слова в перечислении того, что могут извергать вулканы:

- прошлогоднюю листву
- руины древних зданий
- лавовые потоки
- вулканические грязевые потоки
- твёрдые вулканические продукты
- палящую вулканическую тучу
- тополиный пух
- вулканические газы

ЗАДАНИЕ № 5

Подберите из Интернета или из других средств массовой информации пример извержения вулкана, имевший место в последние 10 лет. Охарактеризуйте особенности его извержения, возникшие последствия и организацию защиты населения от последствий извержения.

2.6. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения

ЗАДАНИЕ № 1

Вставьте пропущенные в тексте слова:

«Оползень – это отрыв и _____ масс _____ пород по склону без потери контакта с ним под действием силы _____. Оползень является одним из наиболее опасных типов и форм проявления _____ процессов».

ЗАДАНИЕ № 2

Используя материалы учебника и дополнительные материалы, заполните таблицу «Причины возникновения оползней».

Естественные причины возникновения оползней	
Искусственные причины возникновения оползней	

ЗАДАНИЕ № 3

Правильно соотнесите скорость движения оползня и её цифровое обозначение. Используя линейку, карандаш (ручку), соедините записи с правильными ответами.

исключительно быстрое	1,5 м/сут.
очень медленное	0,3 м/мин
быстрое	до 3 м/с
умеренное	1,5 м/мес.
исключительно медленное	1,5 м/год
очень быстрое	0,06 м/год

ЗАДАНИЕ № 4

По материалам учебника в дневнике безопасности обобщите и охарактеризуйте основные мероприятия, которые проводятся в Российской Федерации для защиты населения от оползней. В различных

информационных источниках найдите характерный пример этих мероприятий и запишите его в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 5

Проанализируйте причины возникновения обвалов и их возможные последствия. Свои выводы в табличном виде запишите в дневник безопасности.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы.

- Что такое землетрясение и каковы причины его возникновения?

- Что такое магнитуда землетрясения и каковы единицы её измерения? _____

- Что такое интенсивность землетрясения и в каких единицах она измеряется?

- Какая существует взаимосвязь между магнитудой землетрясения, глубиной гипоцентра и интенсивностью землетрясения?

- Какие мероприятия рекомендуется провести при угрозе землетрясения?

- Какие меры безопасности необходимо соблюдать, если землетрясение застало вас в здании?

- Что такое вулканы и где они расположены на Земле?

- Какие наиболее опасные явления для человека и окружающей среды возникают при извержении вулканов?

- Какие природные явления называются оползнями и каковы причины их возникновения?

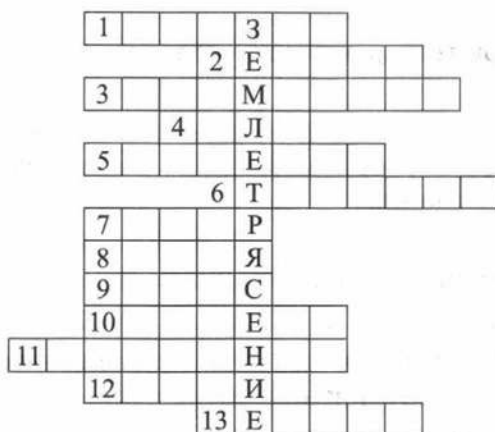
• Какие мероприятия проводятся в Российской Федерации по защите от оползней?

• Что такое обвал и каковы причины его возникновения?

• Какие меры принимаются в Российской Федерации по защите населения от обвалов?

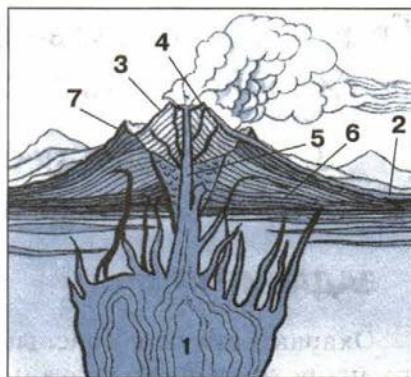
2. Разгадайте кроссворд.

1. Смещение горных пород под действием силы тяжести.
2. Неровности земной коры. 3. Прибор, фиксирующий колебания земной коры. 4. Единица измерения колебаний земной коры.
5. Район землетрясения наибольшей силы. 6. Разрывы, образующиеся в результате движения земной коры. 7. Неконтролируемый процесс горения. 8. Обитаемая планета Вселенной. 9. Место, в котором возникает энергетическое напряжение во время землетрясения.
10. Луна, Юпитер, Марс... Как они называются все вместе одним словом? 11. Движение земной коры при землетрясении. 12. Часть строения земного шара. 13. Человек, изучающий строение, форму, состав коры Земли.



3. Напишите правильные названия составных частей вулкана, изображённого на рисунке.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____



2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

- действовать в случае возникновения землетрясения, чтобы минимизировать для себя его последствия
- подбирать и анализировать материал из различных информационных источников, характеризующий вулканы, процесс их извержения и возможные последствия
- подготовиться и действовать в случае возникновения оползня
- действовать при проведении заблаговременной эвакуации в случае возникновения угрозы обвала

3. Я обобщаю

На основе анализа материалов и рекомендаций по безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций геологического происхождения, приведённых в учебнике, могу обоснованно сформулировать вывод о том, что эти знания и умения не будут лишними, даже если я живу в местах, не подверженных этим явлениям.

(Отметьте знаком «+», если вы это уже умеете.)

Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения

3.1. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия

ЗАДАНИЕ № 1

Охарактеризуйте опасные природные явления метеорологического происхождения: ураганы и бури. Отметьте, в чём заключается разница между ураганом и бурей, укажите причины их возникновения. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 2

Укажите, как подразделяются циклоны в зависимости от места их зарождения.

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте основные факторы, которые определяют разрушительную силу ураганов. Подберите в различных средствах информации характерные 1–2 примера последствий ураганов. Свои выводы запишите в дневник безопасности в табличном виде.

Примеры ураганов	Выводы о причинах их возникновения и факторах
1.	
2.	
3.	

ЗАДАНИЕ № 4

Заполните таблицу, используя шкалу Бофорта.

Баллы	Сила ветра	Скорость ветра, м/с	Действие ветра на суше
0			
5			
7			
9			
11			

3.2. Защита населения от последствий ураганов и бурь

ЗАДАНИЕ № 1

В приведённом тексте допишите пропущенные слова:

«Защита населения от _____ ураганов и бурь осуществляется в рамках функционирования единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)».

ЗАДАНИЕ № 2

Охарактеризуйте основные мероприятия по защите населения от ураганов и бурь, которые планируются и проводятся заблаговременно в регионе вашего проживания. Запишите их в табличном виде в дневник безопасности.

Стихийное бедствие	Мероприятия по защите от стихийных бедствий
Буря	1. 2. 3.
Ураган	1. 2. 3.

ЗАДАНИЕ № 3

Зачеркните лишние слова в перечислении признаков ураганов и бурь:

- бурное выпадение снега
- бурное выпадение росы
- усиление скорости ветра
- резкое падение атмосферного давления
- резкое падение уровня жизни
- ливневые дожди
- грибные дожди
- штормовой нагон воды с моря
- бурное выпадение грунтовой пыли

Объясните, какое отношение к чрезвычайным ситуациям природного характера имеют оставшиеся слова. Составьте с ними предложения и запишите их в рабочей тетради.

3.3. Смерчи

ЗАДАНИЕ № 1

В приведённом тексте допишите пропущенные слова:

«Смерч – это атмосферный _____, возникающий в грозовом облаке и распространяющийся вниз, часто до самой поверхности Земли, в виде тёмного облачного _____ или _____ диаметром в десятки и сотни метров».

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте и определите основные факторы риска смерча для жизнедеятельности человека. Подберите в различных информационных источниках убедительные примеры последствий смерча, подтверждающие ваши выводы. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Изучите в учебнике шкалу разрушений, вызываемых смерчем, и подберите примеры с помощью Интернета и других источников. Ответ оформите в табличном виде.

Класс разрушений	Скорость ветра, м/с	Повреждения, причинённые смерчем	Примеры
0			
1			
2			
3			
4			
5			

ЗАДАНИЕ № 4

Проанализируйте последствия смерча, имевшего место в регионе вашего проживания (или в соседнем регионе) за последние 5 лет,

определите, к какому классу разрушения его следует отнести. Выводы запишите в тетрадь.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы.

- Что такое ураган и буря, в чём их разница? _____
- Какие причины способствуют возникновению ураганов и бурь? _____
- Каким фактором обусловлена разрушительная сила ветра? _____
- Как измеряется сила ветра? _____
- Какую опасность представляет смерч для жизнедеятельности человека? _____
- Как оценивается разрушительная сила смерчей? _____

2. Правильно соотнесите интенсивность урагана в баллах и изображения на картинках. Используя линейку, карандаш (ручку) соедините картинки с правильными ответами.

0 баллов

1–2 балла

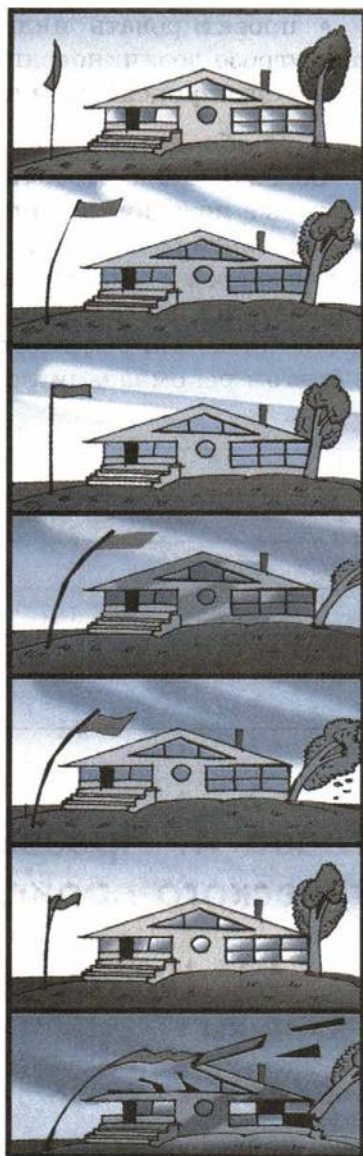
3–4 балла

5–6 баллов

7–8 баллов

9–10 баллов

11–12 баллов



2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

- определять приближение опасного природного явления метеорологического происхождения по местным признакам погоды
- провести заблаговременные мероприятия в доме при получении штормового предупреждения о приближении опасного природного явления метеорологического происхождения

- проектировать индивидуальный план безопасного поведения при угрозе возникновения опасного природного явления метеорологического происхождения.

3. Я обобщаю

Обоснуйте и подтвердите ссылками на учебник и другие информационные источники следующее утверждение: «Стихийные бедствия метеорологического происхождения неизбежны и могут возникнуть в любое время года, но они прогнозируемы. Для того чтобы минимизировать их последствия, необходимо знать признаки и причины их возникновения, быть готовым действовать в условиях их появления с учётом рекомендаций специалистов МЧС России».

Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения

4.1. Наводнения. Виды наводнений и их причины

ЗАДАНИЕ № 1

В приведённом тексте допишите пропущенные слова:

«По данным МЧС России, наводнения по повторяемости, площади распространения, суммарному среднегодовому _____ занимают _____ место в России среди известных стихийных бедствий. По числу человеческих жертв они занимают _____ место после землетрясений».

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте различные виды наводнений и укажите причины, которые способствовали их возникновению. Свои выводы представьте в виде таблицы.

Виды наводнений	Основные причины их возникновения
Наводнение, связанное с половодьем	
Наводнение, связанное с паводком	
Затор, или зажор	
Наводнение, связанное с ветровым нагоном воды	

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте, какую угрозу наводнения представляют для жизнедеятельности человека. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 4

Подберите в различных информационных источниках примеры наводнений, имевших место в регионе вашего проживания, определите, к какому виду по масштабу и нанесённому ущербу их можно отнести. Свои выводы запишите в тетрадь.

4.2. Защита населения от последствий наводнений

ЗАДАНИЕ № 1

Проанализируйте и охарактеризуйте основные мероприятия, которые планируются и проводятся в Российской Федерации заблаговременно, для обеспечения защиты населения и территорий от наводнений. Запишите их в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте основные мероприятия, которые проводятся во время наводнения. Сформулируйте свои выводы и оформите в виде таблицы в дневнике безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Используя различные средства информации, сформулируйте основные мероприятия по защите от наводнений, которые проводятся в регионе вашего проживания. Проанализируйте и определите их значение для обеспечения вашей безопасности в условиях наводнения. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 4

Изучите по учебнику и другим источникам материал о наводнении, имевшем место в течении реки Лены в мае 2001 г., когда серьёзно пострадал город Ленск.

Проанализируйте мероприятия, которые были проведены по защите населения и минимизации последствий наводнения. Определите роль и значение деятельности специалистов МЧС России в этой чрезвычайной ситуации. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

4.3. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения

ЗАДАНИЕ № 1

Если ваш район страдает от наводнений, проанализируйте рекомендации специалистов о том, как подготовиться к наводнению. Составьте личный перечень документов, имущества и медикаментов, которые нужно взять с собой при предупреждении о наводнении. Согласуйте этот перечень с родителями и запишите в дневник безопасности в табличном виде с указанием назначения каждого предмета.

Вещи, медикаменты и документы	Их предназначение
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	

ЗАДАНИЕ № 2

Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например: в, а...).

- а) ...в самом крайнем случае...
- б) ...при наводнении прыгать...
- в) ...в воду с подручными...
- г) ...средствами можно лишь...
- д) ...на спасение и...
- е) ...возвышенность полностью затопляется...
- ж) ...когда нет надежды...

ЗАДАНИЕ № 3

К каждому рисунку, изображающему средство оповещения населения, подберите правильное название из нижеследующего списка и проставьте рядом с названием соответствующий номер.



- ___ . Пункт уличного оповещения.
- ___ . Подвижное средство.
- ___ . Телефон.
- ___ . Радиоприёмник.
- ___ . Репродуктор.
- ___ . Громкоговоритель.
- ___ . Телевизор.
- ___ . Сирена.

ЗАДАНИЕ № 4

Проанализируйте и охарактеризуйте следующую рекомендацию: «При наводнении искать спасения в воде с использованием подручных средств можно лишь в самом крайнем случае, когда нет других путей к спасению и возвышенность, на которой вы находитесь, полностью затопляется». Обоснуйте самостоятельно это положение, свои выводы запишите в тетрадь.

4.4. Сели и их характеристика

ЗАДАНИЕ № 1

Допишите пропущенные в тексте слова:

«Сель, или селевой _____ – это бурный _____ горный _____, состоящий из смеси воды и большого количества обломков горных пород – от глинистых _____ до крупных _____ и _____».

ЗАДАНИЕ № 2

Перечислите основные компоненты селевого потока, охарактеризуйте их. Определите факторы риска селевого потока для жизнедеятельности человека. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Классифицируйте селевые потоки по результатам из воздействия на различные сооружения и объекты в зависимости от суммарного объёма селевого выноса. Укажите основные критерии, определяющие это деление. Занесите эти данные в тетрадь в виде таблицы.

Виды селевых потоков	Объём выноса	Основные характеристики вида селевого потока

ЗАДАНИЕ № 4

Обоснуйте это положение: «Если вы собираетесь путешествовать в горах, никогда не планируйте остановку на ночёвку в оврагах или поймах рек». Выводы запишите в тетрадь.

В различных источниках информации подберите 1–2 примера, когда это положение было нарушено туристами, проанализируйте, к чему это привело.

4.5. Защита населения от последствий селевых потоков

ЗАДАНИЕ № 1

Проанализируйте комплекс мероприятий, который осуществляет-ся в Российской Федерации в целях защиты населения от селевых потоков. Охарактеризуйте основные из них и выпишите их в днев-ник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 2

Зачеркните лишние слова и словосочетания.

Противоселевые сооружения по характеру воздействия на селе-вые потоки подразделяются на:

- стоящие на селеопасных направлениях
- селерегулирующие
- селеделительные

- селесдерживающие
- селетрансформирующие
- селеизменяющиеся
- селеразделительные

ЗАДАНИЕ № 3

Найдите в Интернете и других средствах массовой информации сведения о гибели съёмочной группы кинорежиссёра Сергея Бодрова-младшего в ущелье Кармадон в 2002 г. в результате схода селевого потока. Проанализируйте факты и подумайте над тем, можно ли было избежать этой катастрофы. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

4.6. Цунами и их характеристика

ЗАДАНИЕ № 1

Допишите рядом с каждым определением природного явления определяемое слово.

_____ – это линейная скорость горизонтального перемещения какого-либо элемента волны, например гребня.

_____ – это расстояние по вертикали между гребнем волны и её подошвой.

_____ – это расстояние по горизонтали между двумя вершинами (гребнями) смежных волн.

ЗАДАНИЕ № 2

Выберите районы Российской Федерации, наиболее подверженные цунами, и подберите примеры недавних цунами, произошедших в этих районах (с помощью Интернета и средств массовой информации). Запишите всё это в тетрадь в табличном виде.

Районы Российской Федерации	Примеры цунами

ЗАДАНИЕ № 3

Проставьте в таблице в левой колонке количество баллов, соответствующее описанной интенсивности цунами.

Интенсивность цунами (в баллах)	Характеристика цунами
	Побережье затоплено. Прибрежные постройки повреждены, имеют слабые и сильные разрушения. Крупные парусные и небольшие моторные суда выброшены на сушу, а затем снова смыты в море
	Цунами очень слабое, волна регистрируется только специальными приборами
	Полное опустошение побережья и приморских территорий. Суша затоплена на значительные расстояния вглубь
	Цунами может затопить плоское побережье. Его замечают только специалисты
	Приморские территории затоплены. Волноломы и молы сильно повреждены. Крупные суда выброшены на берег. Ущерб велик и во внутренних частях побережья. Здания и сооружения имеют сильные, средние и слабые разрушения в зависимости от удалённости от берега. В устьях рек высокие штормовые нагоны воды. Имеются человеческие жертвы
	Плоское побережье затоплено, лёгкие суда могут быть выброшены на берег, портовые сооружения – подвергнуты слабым разрушениям

4.7. Защита населения от цунами

ЗАДАНИЕ № 1

Зачеркните мероприятия, которые НЕ проводятся в Российской Федерации по защите населения от цунами:

- непрерывное наблюдение за возникновением и распространением цунами

- расчистка грунтовых полос между строениями населённого пункта и примыкающими к ним лесными массивами
- оповещение населения об угрозе цунами
- строительство у входа в бухты волноломов, а на вершине бухт береговых дамб и других защитных гидротехнических сооружений
- организация эвакуации населения
- повышение невосприимчивости населения к инфекционным заболеваниям
- прогноз цунами
- дежурство противопожарных звеньев для наблюдения за пожарной обстановкой в близлежащих лесах
- планомерный перенос в безопасные места существующих жилых, производственных и культурно-бытовых строений
- защита с помощью специальных гидротехнических сооружений важных и неподдающихся переносу строений и других объектов
- заблаговременная подготовка маршрутов следования и специальных мест (площадок) на возвышенностях для размещения населения во время цунами

ЗАДАНИЕ № 2

Подберите в источниках информации примеры различных явлений, которые свидетельствуют о приближении цунами, проанализируйте их. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению при угрозе цунами, во время цунами и после него. Спроектируйте индивидуальный план поведения, в котором должны быть следующие разделы:

- подготовка к возникновению цунами;
- правила безопасного поведения во время цунами;
- правила безопасного поведения после цунами.

Свой индивидуальный план согласуйте с родителями и запишите его в дневник безопасности.

4.8. Снежные лавины

ЗАДАНИЕ № 1

Зачеркните названия регионов, которые НЕ являются лавиноопасными районами в России:

Карелия
Кольский полуостров
Урал
Нечерноземье
Северный Кавказ
Восточная Сибирь
Западная Сибирь
Дальний Восток
Калининградская область

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте основные мероприятия, которые проводятся в Российской Федерации по защите населения от снежных лавин, и запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения в лавиноопасных зонах. Спроектируйте личный план безопасного поведения в лавиноопасных зонах, особенно если вам предстоит пеший поход в горы в лавиноопасный сезон. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 4

Разгадайте кроссворд.

1. Сильный ветер со снегом. 2. Снежная буря. 3. Ветер большой разрушительной силы. 4. Скопление снега. 5. Природное явление. 6. Белый покров на траве или ветвях деревьев после мороза.



Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы и выполните задания.

- Что такое наводнение? _____
- Как наводнения подразделяются по причинам, их вызвавшим? _____

• Как подразделяются наводнения по масштабу и нанесённому ими материальному ущербу? _____

• Какие мероприятия по защите населения от последствий наводнений проводятся заблаговременно? _____

• Какие мероприятия по защите населения проводятся во время наводнений? _____

• Какие мероприятия необходимо выполнить при угрозе наводнений? _____

• В каких случаях рекомендуется выбираться из затопленного района самостоятельно? _____

• Сочетание каких явлений необходимо для образования селевого потока? _____

• Как подразделяются селевые потоки по мощности их воздействия на окружающую среду? _____

• Какие профилактические мероприятия проводятся в селеопасных районах Российской Федерации по защите населения? _____

• Какие меры безопасности необходимо соблюдать в горах, где могут сходить селевые потоки? _____

• Что такое цунами и каковы причины их возникновения? _____

• В каких районах Российской Федерации наиболее часто происходят цунами? _____

• К каким действиям надо быть готовым для обеспечения личной безопасности во время цунами? _____

2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

• анализировать причины возникновения различных чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения

• обобщать полученную информацию из различных источников о чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения и анализировать их последствия

• проектировать профилактические мероприятия для минимизации последствий чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения, характерных для района проживания

• проектировать индивидуальный план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения, характерных для района проживания

3. Я обобщаю и проектирую

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете.

• Изучая материалы учебника и знакомясь с информацией из других источников (Интернет, СМИ), формирую цельное представление об опасных и чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения, о причинах их возникновения и возможных последствиях.

- Обобщаю систему организации защиты населения Российской Федерации от последствий чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.

- Проектирую индивидуальное поведение на случай попадания в условия чрезвычайной ситуации гидрологического происхождения.

Глава 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения

5.1. Лесные и торфяные пожары и их характеристика

ЗАДАНИЕ № 1

Допишите определения.

Лесной пожар – это неконтролируемое горение растительности,

Пожароопасный сезон – это период времени года с момента таяния снегового покрова в лесу до _____ или _____.

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте деление лесных пожаров в зависимости от характера возгорания и состава леса. Охарактеризуйте особенности каждого вида лесного пожара. Определите, какой из них является самым распространённым. Свои выводы запишите в табличном виде в дневник безопасности.

Вид пожара	Характеристика вида пожара
Низовой пожар	
Верховой пожар	
Подземный пожар	

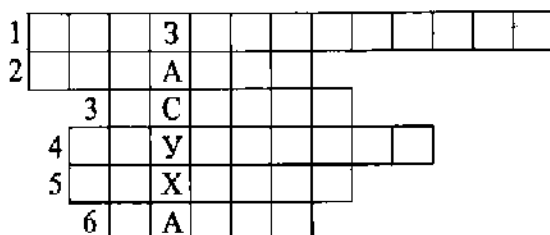
ЗАДАНИЕ № 3

Из различных информационных источников подберите характерный пример лесного пожара, имевшего место в регионе вашего проживания. Проанализируйте причины его возникновения и последствия для жизнедеятельности населения данного региона. Оцените действия населения по обеспечению пожарной безопасности. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 4

Разгадайте кроссворд.

1. Что происходит с организмом при недостатке влаги? 2. Его становится меньше после засухи. 3. Их ждёт природа во время засухи. 4. Что происходит с ростом растений во время засухи? 5. Разновидность ветра. 6. Что мучает человека во время зноя?



5.2. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения

ЗАДАНИЕ № 1

Зачеркните места, которые НЕ являются местами возникновения лесных пожаров:

- стоянки рыбаков
- лавочки для отдыхающих в лесопарках
- места, посещаемые охотниками и туристами
- места традиционного отдыха населения
- обочины дорог общего пользования
- места лесозаготовок, включая дороги, по которым ведётся вывоз древесины
- спортивные площадки на опушках леса

ЗАДАНИЕ № 2

С помощью учебника, Интернета, средств массовой информации проанализируйте и охарактеризуйте систему охраны леса, действующую в Российской Федерации. В дневнике безопасности укажите её основные направления.

ЗАДАНИЕ № 3

Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например: в, а...).

- а) ...грунтовых полос между...
- б) ...лесах и на торфяниках...
- в) ...и примыкающими к ним...
- г) ...в населённых пунктах организуется...
- д) ...дежурство противопожарных звеньев...
- е) ...для наблюдения за пожарной обстановкой...
- ж) ...близлежащих лесах...
- з) ...при возникновении пожаров в...
- и) ...проводится расчистка...
- к) ...строениями населённого пункта...
- л) ...лесными массивами...

ЗАДАНИЕ № 4

В различных информационных источниках подберите ряд примеров, характеризующих поведение людей в лесных пожарах летом 2010 г. на территории Российской Федерации. Проанализируйте и оцените их поведение с учётом имевших место последствий. Свои выводы запишите в тетрадь.

Подберите положительные примеры поведения, способствующие обеспечению безопасности, которые необходимо учесть при планировании своего нахождения в лесу.

5.3. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения

ЗАДАНИЕ № 1

Запишите обобщающие слова для групп инфекционных болезней.

- _____ – брюшной тиф, дизентерия, холера
- _____ – ВИЧ-инфекция, гонорея, сифилис, сибирская язва
- _____ – грипп, дифтерия, корь, краснуха, скарлатина
- _____ – сыпной тиф, клещевой энцефалит, туляремия, чума

ЗАДАНИЕ № 2

Запишите в табличном виде в дневник безопасности четыре периода развития и течения инфекционной болезни и их характеристики.

Период течения и развития инфекционной болезни	Характеристика периода

ЗАДАНИЕ № 3

Найдите в средствах массовой информации и проанализируйте пример, когда заболевание какой-то инфекционной болезнью охватило большое количество населения (т. е. началась эпидемия). Проанализируйте факторы, связанные с поведением людей, которые способствуют возникновению эпидемии (на примере возникновения эпидемии гриппа). Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 4

Объясните и обоснуйте значение мер личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний. Сделайте соответствующие выводы, подкрепите их примерами из опыта вашей жизни. Выводы запишите в тетрадь.

5.4. Эпизоотии и эпифитотии

ЗАДАНИЕ № 1

Составьте фразу из приведённых ниже фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например: в, а...).

- а) ...инфекционные болезни животных...
- б) ...способность передаваться от заражённого...
- в) ...как и у человека...
- г) ...наличие специфического...
- д) ...инкубационный период...
- е) ...цикличность развития...
- ж) ...и принимать массовое распространение...
- з) ...начальный период, период основных проявлений болезни и...
- и) ...период угасания болезни...
- к) ...имеют такие же общие признаки...
- л) ...животного к здоровому (заразность)...
- м) ...возбудителя (бактерии, вирусы)...

ЗАДАНИЕ № 2

С помощью Интернета и других источников охарактеризуйте наиболее распространённые болезни растений и проанализируйте причины их возникновения и способы передачи инфекции. Запишите свои изыскания в табличном виде.

Заболевания растений	Характеристики заболеваний растений
Единичные заболевания растений	
Эпифитотия	
Панфитотия	

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте и охарактеризуйте основные противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия. Сделайте пометки в тетради.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы и выполните задания.

- Что такое лесные пожары?

- Какие причины способствуют возникновению лесных пожаров?

- По каким признакам осуществляется классификация лесных пожаров?

- Какую угрозу для жизнедеятельности человека представляют лесные пожары?

- Какие меры пожарной безопасности должен знать и соблюдать каждый человек при нахождении в лесу?

- Какие правила пожарной безопасности необходимо соблюдать при разведении костра в лесу?

- Как осуществляется защита населения от последствий пожаров в Российской Федерации?

- Какие болезни человека называются инфекционными?

- Какими путями передаётся инфекция?

- Каковы особенности гриппа и чем он опасен для человека?

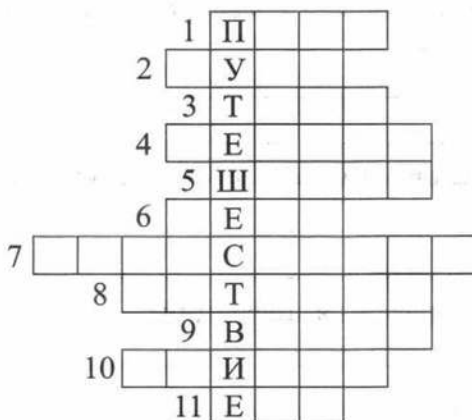
- Что такое эпизоотия и каковы её особенности?

Что такое эпифитотия и как она проявляется?

Какие меры борьбы применяют против эпизоотий и эпифитотий?

2. Разгадайте кроссворд.

1. Инструмент для разделки деревьев. 2. Естественный спутник Земли. 3. Горючее полезное ископаемое, используемое как топливо и удобрение. 4. Запас, источник средств. 5. Тип костра. 6. Один из тончайших отростков-волокон, образующих систему, которая управляет деятельностью организма. 7. Событие с трагическими последствиями. 8. Учёный, изучающий один из главных разделов биологии. 9. Возмущение, распространяющееся с конечной скоростью в пространстве и несущее с собой энергию без переноса вещества. 10. Статистический многолетний режим погоды. 11. Дерево хвойной породы.



2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

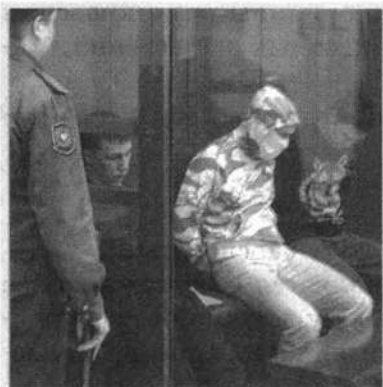
- анализировать причины возникновения лесных пожаров, их последствия и угрозу для жизнедеятельности человека
- обобщать полученную информацию из различных источников и анализировать причины возникновения инфекционных заболеваний, характеризовать меры их профилактики

- обобщать информацию, анализировать причины возникновения инфекционных заболеваний домашних животных и растений, характеризовать меры их профилактики
- проектировать правила безопасного поведения в лесу в пожароопасный сезон

3. Я обобщаю

Отметьте знаком «+» то, что вы уже можете обосновать:

- основной причиной лесных пожаров является безответственное поведение людей, которые не проявляют в лесу должной осторожности при пользовании огнём и нарушают правила пожарной безопасности
- соблюдение правил личной гигиены в повседневной жизни является важным условием для профилактики инфекционных заболеваний



Раздел 3

Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Глава 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

6.1. Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность

ЗАДАНИЕ № 1

Охарактеризуйте терроризм как идеологию насилия и крайнюю форму проявления экстремизма, а террористическую деятельность как преступную, бесчеловечную деятельность, не имеющую оправдания. Свои выводы подкрепите рядом примеров и запишите в табличной форме в дневник безопасности.

Характеристики терроризма	Примеры
1.	
2.	
3.	

ЗАДАНИЕ № 2

Вставьте слова, пропущенные в тексте:

«Политический терроризм выступает против социально-политической системы _____ в целом или отдельных сторон его деятельности либо конкретных политических личностей. Политический терроризм имеет, как правило, цель _____ политической власти в стране и направлен против существующей в данный момент в стране политической _____».

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте основные типы темперамента человека, определите характерные черты своего поведения с учётом темперамента, сформулируйте основные направления по совершенствованию своего поведения, которые вам необходимо развивать, чтобы обеспечить устойчивое негативное отношение к идеологии терроризма. Запишите их в тетрадь в табличном виде и старайтесь следовать им в повседневной жизни.

Типы темперамента	Основные характеристики	Как ты собираешься совершенствовать своё поведение с учётом типа темперамента
1. Сангвиник		
2. Холерик		
3. Меланхолик		
4. Флегматик		

ЗАДАНИЕ № 4

Заполните таблицу «Ложные сообщения о терактах и их последствия» с помощью материалов учебника, Интернета и средств массовой информации.

Ложное сообщение	Последствия	Предполагаемое наказание
Сообщение о заложенной бомбе в школе (лицее, гимназии и т. п.)		
Сообщение о бомбе, которую террорист пронёс на борт самолёта		
Сообщение о несуществующем пожаре		
Сообщение о террористах, скрывающихся у кого-то в доме (квартире)		

6.2. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения

Урок 1. Формирование антитеррористического мышления

ЗАДАНИЕ № 1

Проанализируйте с помощью учебника мифы, которые распространяют террористы, о привлекательности террористической деятельности. Оцените их ложность и пагубность последствий террористической деятельности для себя. Сформулируйте убеждение в том, что лёгкой жизни не бывает, а успех приходит к человеку в результате упорной и целеустремлённой работы над собой для самореализации. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте варианты антиобщественного поведения подростка, которые могут быть использованы террористами для вовлечения его в террористическую деятельность. Сформулируйте свои жизненные ориентиры и правила поведения, которые будут способствовать противостоянию идеологии насилия. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте ряд нравственных позиций, качеств и убеждений, которые помогают человеку противостоять идеологии насилия. Охарактеризуйте их значимость для благополучной жизнедеятельности человека. Спроектируйте основные направления личного поведения в повседневной жизни для формирования этих качеств и убеждений. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

Урок 2. Вредные привычки – психологическая основа формирования у подростков противоправного поведения

ЗАДАНИЕ № 1

Охарактеризуйте так называемые вредные привычки как психологическую зависимость от курения табака, употребления алкоголя и наркотиков. Проанализируйте основные причины, способствующие формированию вредных привычек. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 2

Вычеркните из списка жизненных ориентиров те, которые выпадают из общего логического ряда:

- стремление получать от каждого прожитого дня хотя бы маленькие радости

- чётко сформулированная цель жизни
- желание жить одним днём, так как это легче и приятнее
- стремление быть хозяином своей жизни
- развитие чувства самоуважения
- регулярные занятия спортом в секции или во дворе
- чувство оптимизма
- употребление в небольших количествах алкоголя и табака
- отрицательное отношение к употреблению наркотиков и анти-общественному поведению
- обладание психологической устойчивостью в различных жизненных ситуациях
- потеря уважения к старшим, так как самому пора становиться взрослым и не перед кем не отчитываться
- формирование антитеррористического поведения

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте образ жизни человека, способствующий формированию уже в подростковом возрасте негативного отношения к курению табака, употреблению алкоголя и наркотиков. Охарактеризуйте основные направления такого образа жизни. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

Урок 3. Профилактика террористической деятельности

ЗАДАНИЕ № 1

Составьте фразу из фрагментов (ответ представьте последовательностью букв, например: д, в...):

- а) ...кто нарушает закон...
- б) ...подростки часто совершают противоправные поступки...
- в) ...от ответственности того...
- г) ...не зная, что они уголовно наказуемы...
- д) ...но незнание законов не освобождает...

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации. Сформируйте цельное представление о государственных мерах противодействия терроризму, определите свою роль и возможности в оказании помощи правоохранительным органам в противодействии терроризму. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 3

Дополните фразу: «Принудительная мера воспитания несовершеннолетнего правонарушителя, состоящая в разъяснении ему вреда, причинённого его деянием, и последствий повторного совершения преступления, называется» (выберите правильный ответ и отметьте его знаком «+»):

- а) взысканием
- б) штрафом
- в) разъяснением
- г) предупреждением

ЗАДАНИЕ № 4

Подберите примеры (имевшие место в вашем городе, районе) противоправного поведения школьников, проанализируйте последствия этого поведения для самих учащихся и окружающих их людей. Сделайте для себя выводы о том, каким должно быть ваше поведение в повседневной жизни, чтобы не совершить противоправного поступка. Свои выводы запишите в тетрадь.

Примеры

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Выводы

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы и выполните задания.

- Что такое терроризм и какую опасность он представляет для личности, общества и государства?

- Почему террористическая деятельность является преступлением, не имеющим оправдания?

- Какие преступные цели преследуют террористы, совершая террористические акты?

• Какие личные качества вам необходимо формировать, чтобы устойчиво противостоять идеологии терроризма?

• Какие мифы распространяют террористы для пропаганды привлекательности террористической деятельности?

• Какие виды антиобщественного поведения подростка могут быть использованы террористами для привлечения его к террористической деятельности?

• Какие нравственные позиции и качества человека помогают ему противостоять идеологии насилия?

• Почему курение табака, употребление алкоголя и наркотиков не привычка, а психическая зависимость?

• Почему подростки, подверженные вредным привычкам, легче поддаются влиянию идеологии насилия?

• Какие убеждения, качества и привычки способствуют противодействию идеологии терроризма?

2. Дополните информацию: «Если самолёт, захваченный террористами, освобождает группа захвата, заложникам необходимо:» (выберите правильные ответы и отметьте их знаком «+»):

а) лечь на пол и оставаться там до конца операции, не мешая её проведению

б) воспользовавшись суматохой, попробовать самостоятельно вы-
браться из салона самолёта

в) попытаться вырвать оружие у террориста и помочь атакующей
группе

г) если нет другой возможности, спрятать голову за спинку впе-
реди стоящего кресла и закрыть голову руками

д) попытаться забрать свои вещи с багажной полки, так как после
возможного взрыва или пожара это будет сделать уже невозможно

2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

- анализировать факторы, способствующие формированию анти-
экстремистского мышления и антитеррористического поведения

- обобщать информацию, характеризующую террористическую де-
ятельность как преступную, а террористов как безжалостных убийц
и преступников

- формулировать и характеризовать нравственные позиции, каче-
ства и убеждения, которые способствуют формированию антитерро-
ристического поведения

- спроектировать индивидуальный план самовоспитания и само-
обучения по противодействию идеологии терроризма

3. Я обобщаю

Стиль антитеррористического поведения наиболее эффективно
может формироваться в процессе становления характера человека.

Для того чтобы в характере человека устойчиво сформировалась
система антиэкстремистского мышления и антитеррористическо-
го поведения, необходимо сформировать ряд убеждений, качеств и
привычек.

Отметьте знаком «+» то, что вы уже усвоили и сформировали:

- **убеждения:**

- терроризм во всех его формах и проявлениях представляет собой
одну из самых серьёзных угроз национальной безопасности России

- любые акты терроризма являются не имеющими оправдания
преступлениями, независимо от их мотивации

- любая террористическая деятельность неизбежно будет раскры-
та, а её участники понесут заслуженное наказание

- **качества:**

- ответственное отношение к соблюдению существующих норм и
правил в области противодействия терроризму

– высокая исполнительность при реализации рекомендаций и требований, принятых в Российской Федерации, по противодействию терроризму

– осознанное отрицательное отношение к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению психоактивных веществ, в том числе наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности

• *привычки:*

– всегда иметь чётко сформулированную цель жизни

– стараться жить с собой в согласии, управлять своими эмоциями, не принимать необдуманных решений

– стремиться осознать особенности своего темперамента, усиливать сильные его стороны и компенсировать слабые

Модуль 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни



Раздел 4 **Основы здорового образа жизни**

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

7.1. Психологическая уравновешенность

ЗАДАНИЕ № 1

Охарактеризуйте психологическую уравновешенность как способность человека управлять своими поступками и поведением в различных жизненных ситуациях. Проанализируйте значение психологической уравновешенности в процессе жизнедеятельности человека для повышения уровня его защищённости от внешних и внутренних угроз, определите возможности по обеспечению личной психологической уравновешенности. Свои выводы запишите в тетрадь.

ЗАДАНИЕ № 2

Используя материалы учебника, спроектируйте индивидуальный план поведения на текущий год для формирования и укрепления чувства уверенности в себе с учётом стоящих перед вами задач, запишите его в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 3

Составьте фразу из отдельных частей (фрагментов) (ответ представьте последовательностью букв, например: г, а...):

- а) ...человека, обеспечивающая ему...
- б) ...здоровый образ жизни – это индивидуальная...
- в) ...оптимальный уровень жизнедеятельности и здоровое, активное долголетие...
- г) ...система поведения, привычек и отправления функций каждого отдельного...

ЗАДАНИЕ № 4

Проанализируйте тест, приведённый на странице 175 учебника. Если вы выбрали ответ «да», поставьте 1 балл, если «нет» – поставьте 0 баллов. Подсчитайте баллы и определите уравновешенность вашего характера. Запишите выводы в дневник безопасности.

7.2. Стресс и его влияние на человека

ЗАДАНИЕ № 1

Проанализируйте степень влияния на вас различных стрессовых факторов в повседневной жизни, выделите наиболее сильные из них, сформулируйте причины их проявления и меры профилактики. Выводы запишите в табличной форме в дневник безопасности.

Стрессовые факторы	Причины их проявления	Меры профилактики

ЗАДАНИЕ № 2

По материалам учебника заполните таблицу «Стадии развития стресса».

Стадия стресса	Основные признаки

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте степени влияния различных стрессов в повседневной жизни на ваше состояние. Охарактеризуйте своё состояние, когда вы считаете, что стресс становится опасным для вашего здоровья. Свои выводы запишите в дневник безопасности.

7.3. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте

ЗАДАНИЕ № 1

На основе материалов учебника проанализируйте и охарактеризуйте основные особенности развития человека в подростковом возрасте. Свои выводы запишите в дневник безопасности в табличном виде.

Особенности развития подростка	Их характеристики

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте и охарактеризуйте основные нормы и правила здорового образа жизни, которые способствуют гармоничному развитию человека. Спроектируйте индивидуальный план соблюдения норм здорового образа жизни на ближайший год с учётом своих возможностей и планов на ближайшее будущее. Запишите его в дневник безопасности и постарайтесь соблюдать в повседневной жизни.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы.

- Какие качества человека характеризуют уровень его психологической уравновешенности?

- Какое значение имеет психологическая уравновешенность человека для повышения уровня его защищённости в различных ситуациях?

- Какое значение играет чувство уверенности в себе для формирования психологической уравновешенности?

- Что следует понимать под стрессом?

- Какие существуют стадии развития стресса?

• Как влияет длительное пребывание в сильном стрессе на здоровье человека?

• Какие существуют общие принципы противодействия стрессу?

• Какой возраст принято считать подростковым?

• Какие функциональные отклонения могут происходить в организме подростка?

• Какие нормы и правила здорового образа жизни необходимо соблюдать в подростковом возрасте для обеспечения гармоничного развития?

2. Выберите среди приведённых ниже вариантов ту деятельность школьника, которую, на ваш взгляд, можно отнести к занятиям физической культурой (правильные ответы отметьте знаком «+»):

а) систематические занятия боксом (не менее четырёх раз в неделю) с целью последующего выступления на соревнованиях

б) ежедневные занятия утренней гимнастикой

в) воскресные пешие походы в окрестностях населённого пункта

г) систематические занятия на уроках физической культуры в учебном заведении

д) систематические тренировки по бодибилдингу с целью развития скелетных мышц и последующего участия в соревнованиях

2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

• анализировать значение психологической уравновешенности и характеризовать факторы, способствующие её формированию

- обобщать и формулировать основные направления индивидуальной деятельности, способствующей противодействию различным стрессовым факторам для обеспечения психологической уравновешенности

- проектировать план соблюдения норм и правил здорового образа жизни на ближайшее время для обеспечения гармонии духовного, физического и социального развития

3. Я обобщаю и формулирую (тема для обсуждения)

- Тема «Социальная значимость человека, его уверенность в себе и способность противостоять различным трудностям в любом возрасте формируется на почве полезной деятельности для себя и окружающих».



Раздел 5

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Глава 8. Первая помощь при неотложных состояниях

8.1. Общие правила оказания первой помощи

ЗАДАНИЕ № 1

Сформулируйте своё определение первой помощи.

Первая помощь – это _____

ЗАДАНИЕ № 2

Посоветуйтесь с родителями и заполните таблицу «Домашняя аптечка первой помощи».

Средства из аптечки	Для чего может пригодиться
Стерильные марлевые салфетки (или бинты)	1. 2.
Лейкопластырь бактерицидный	1. 2.
Рулончик лейкопластыря	1. 2.

Раствор йода, 5% -ный	1.
	2.
Ножницы	1.
	2.
Термометр	1.
	2.

ЗАДАНИЕ № 3

Вычеркните лишнее в данном логическом ряду.

«Скорую помощь» рекомендуют вызывать в следующих ситуациях:

- у пострадавшего отравление и другие неотложные состояния
- у пострадавшего затруднённое дыхание или дыхание отсутствует
- у пострадавшего непрекращающиеся боли в груди или ощущение давления в груди
- пострадавший порезал палец
- у пострадавшего появились мозоли на нижних конечностях, когда он разносил обувь
- пострадавший находится в бессознательном состоянии
- у пострадавшего сильные боли в животе
- у пострадавшего сильное кровотечение
- у пострадавшего температура 37,3°

ЗАДАНИЕ № 4

Из различных информационных источников подберите два примера по оказанию первой помощи пострадавшим и проанализируйте. Свои выводы запишите в тетрадь.

Пример № 1 _____

Пример № 2 _____

8.2. Оказание первой помощи при наружном кровотечении

ЗАДАНИЕ № 1

По материалам учебника заполните таблицу «Виды кровотечений».

Виды кровотечений	Основные характеристики

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте порядок и запишите в тетрадь последовательность в оказании первой помощи при незначительных ранах.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте общие правила оказания первой помощи при артериальном кровотечении. Охарактеризуйте основные методы и способы остановки артериального кровотечения:

- метод пальцевого прижатия артерии;
- способ наложения жгута.

Последовательность действий запишите в тетрадь.

Последовательность пальцевого прижатия артерии

1. _____
2. _____
3. _____

4. _____

5. _____

Последовательность наложения жгута

1. _____

2. _____

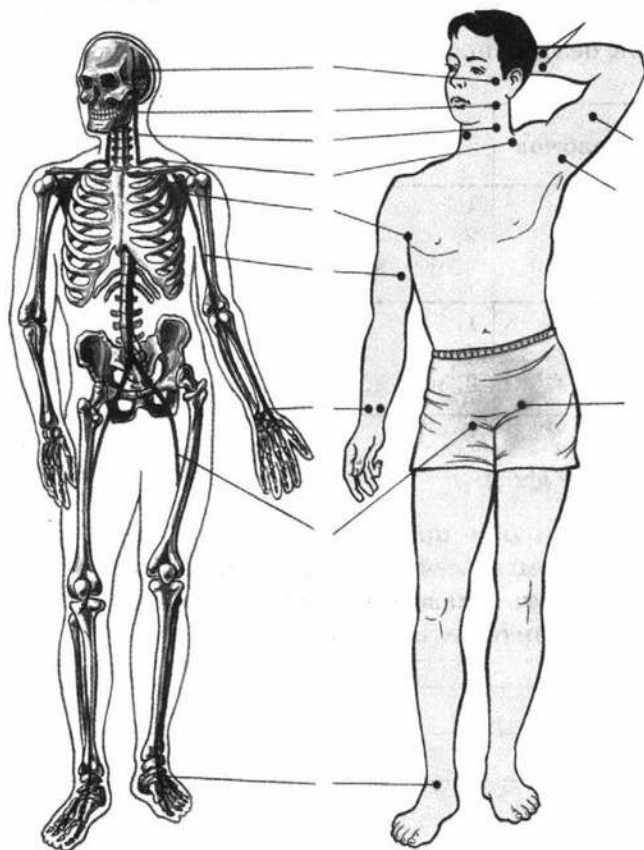
3. _____

4. _____

5. _____

ЗАДАНИЕ № 4

Запишите рядом с рисунком названия точек пальцевого прижатия артерий согласно цифрам.



8.3. Оказание первой помощи при ушибах и переломах

ЗАДАНИЕ № 1

Охарактеризуйте ушиб как механическое повреждение мягких тканей без видимого нарушения целостности кожи. Проанализируйте причины возникновения ушибов и их признаки. Спроектируйте последовательность оказания первой помощи при ушибе одной из конечностей. Запишите свои выводы в дневник безопасности.

ЗАДАНИЕ № 2

Проанализируйте причины возникновения переломов, их возможные виды и признаки. Определите последовательность оказания первой помощи при переломах конечностей. Запишите информацию в дневник безопасности в табличном виде.

Виды переломов	Причины возникновения переломов	Первая помощь при переломах конечностей
Открытый перелом	1. 2. 3. и т. д.	1. 2. 3. и т. д.
Закрытый перелом	1. 2. 3. и т. д.	1. 2. 3. и т. д.

ЗАДАНИЕ № 3

Проанализируйте признаки, основные причины и возможные последствия травмы плечевого сустава. Сформулируйте правила и последовательность оказания первой помощи при травме плечевого сустава. Запишите их в тетрадь.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ЗАДАНИЕ № 4

Проанализируйте возможные причины возникновения и признаки травм голеностопного сустава. Запишите последовательность оказания первой помощи при травме голеностопного сустава с использованием бинта. Выводы запишите в дневник безопасности в табличном виде.

Варианты повязок	Последовательность действий
При посредстве бинта	1. 2. 3. и т. д.

8.4. Общие правила транспортировки пострадавшего

ЗАДАНИЕ № 1

Проанализируйте основные факторы, которые необходимо учитывать для принятия решения о транспортировке пострадавшего. Свои выводы запишите в тетрадь.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____

ЗАДАНИЕ № 2

Изучите и охарактеризуйте представленные на рисунке на странице 198 учебника способы транспортировки пострадавшего. В различных информационных источниках подберите примеры их применения, запишите в дневник безопасности. Отработайте ряд способов по транспортировке пострадавшего.

Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме

1. Я знаю

1. Ответьте на поставленные вопросы и выполните задания.

• Какое главное предназначение первой помощи и как она оказывается?

• Каковы общие правила оказания первой помощи?

• В каких случаях к пострадавшему необходимо вызывать «скорую помощь»?

• Какие существуют методы оказания первой помощи при наружном кровотечении?

• Перечислите общие признаки ушиба и основные правила оказания первой помощи при ушибе.

- Перечислите общие признаки перелома и последовательность оказания первой помощи при переломе.
-
-
-

- Почему необходимо владеть рядом приёмов по транспортировке пострадавшего?
-
-

2. Я умею

Отметьте знаком «+» то, что вы уже умеете:

- Оказывать первую помощь пострадавшему в следующих ситуациях:
 - при наружном кровотечении при незначительных ранах
 - при наружном артериальном кровотечении (методом пальцевого прижатия артерии и способом наложения жгута)
 - при ушибах
 - при переломах конечностей
 - при травме плечевого сустава
 - при травме голеностопного сустава
- Транспортировать пострадавшего
- Вызвать «скорую помощь» к пострадавшему

3. Я обобщаю и формулирую

1. Я могу обобщить и сформулировать общие выводы по теме «Первая помощь при неотложных состояниях».

2. Я могу аргументированно доказать: «Умение оказывать первую помощь при неотложных состояниях является составной частью системы здорового образа жизни».

Ответы на кроссворды

К главе 1, раздел «Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме»

По горизонтали. 1. Транспорт. 4. Климат. 5. Стихия. 6. Биосфера. 7. Ситуация. 8. Авария. 11. Землетрясение. 12. Град. 14. Наводнение.

По вертикали. 2. Радиация. 3. Акклиматизация. 7. Стресс. 9. Ветер. 10. Ураган. 13. Снег.

§ 2.4., задание № 3

1. Исалько. 2. Очаг. 3. Гора. 4. Ажиотаж. 5. Жерло. 6. Обломки. 7. Извержение. 8. Европа. 9. Андезит. 10. Туф. 11. Форма. 12. Алгоритм. 13. Магма.

К главе 2, раздел «Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме»

1. Оползни. 2. Рельеф. 3. Сейсмограф. 4. Балл. 5. Эпицентр. 6. Трещины. 7. Пожар. 8. Земля. 9. Фокус. 10. Планеты. 11. Колебание. 12. Мантия. 13. Геолог.

§ 4.8., задание № 4

1. Метель. 2. Буран. 3. Ураган. 4. Занос. 5. Ветер. 6. Иней.

§ 5.1., задание № 4

1. Обезвоживание. 2. Питание. 3. Осадки. 4. Ухудшение. 5. Суховей. 6. Жажда.

К главе 5, раздел «Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме»

1. Пила. 2. Луна. 3. Торф. 4. Ресурс. 5. Шалаш. 6. Нерв. 7. Катастрофа. 8. Ботаник. 9. Волна. 10. Климат. 11. Ель.

Оглавление

<i>Введение</i>	3
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства	5
Разделы 1–2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	—
<i>Глава 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>	—
1.1. Различные природные явления	—
1.2. Общая характеристика природных явлений	8
1.3. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	10
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	11
<i>Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</i>	14
2.1. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия	—
2.2. Защита населения от последствий землетрясений	15
2.3. Правила безопасного поведения населения при землетрясении	18
2.4. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов	19
2.5. Последствия извержения вулканов. Защита населения	20
2.6. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения	22
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	23
<i>Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</i> ...	26
3.1. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	—
3.2. Защита населения от последствий ураганов и бурь	27
3.3. Смерчи	29
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	30
<i>Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</i>	32
4.1. Наводнения. Виды наводнений и их причины	—
4.2. Защита населения от последствий наводнений	34
4.3. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	35
4.4. Сели и их характеристика	37
4.5. Защита населения от последствий селевых потоков	38
4.6. Цунами и их характеристика	39
4.7. Защита населения от цунами	40
4.8. Снежные лавины	42
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	43
<i>Глава 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения</i>	45
5.1. Лесные и торфяные пожары и их характеристика	—
5.2. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	46
5.3. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения	48
5.4. Эпизоотии и эпифитотии	49
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	50

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	54
Глава 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	—
6.1. Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	—
6.2. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	56
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	60
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	64
Раздел 4. Основы здорового образа жизни	—
Глава 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	—
7.1. Психологическая уравновешенность	—
7.2. Стресс и его влияние на человека	65
7.3. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	66
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	67
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	70
Глава 8. Первая помощь при неотложных состояниях	—
8.1. Общие правила оказания первой помощи	—
8.2. Оказание первой помощи при наружном кровотечении	72
8.3. Оказание первой помощи при ушибах и переломах	74
8.4. Общие правила транспортировки пострадавшего	75
Проверьте, что вы усвоили по пройденной теме	76
Ответы на кроссворды	78

Учебное издание

Смирнов Анатолий Тихонович

Хренников Борис Олегович

Маслов Михаил Викторович

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рабочая тетрадь

7 класс

Учебное пособие для общеобразовательных организаций

Руководитель Центра художественно-эстетического и физического образования *С. Г. Яньков*

Зав. редакцией ОБЖ и физической культуры *М. В. Маслов*

Ответственный за выпуск *Л. П. Савельева*

Редактор *М. В. Маслов*

Младший редактор *Л. С. Дмитриева*

Художественный редактор *Н. Л. Жигулина*

Дизайн макета *О. Г. Ивановой*

Техническое редактирование и компьютерная вёрстка *И. Ю. Соколовой*

Корректор *Т. Н. Федосеевко*

Налоговая льгота — Общероссийский классификатор продукции ОК 005-93—953000. Изд. лиц. Серия ИД № 05824 от 12.09.01. Подписано в печать 07.07.15. Формат 70×90^{1/16}. Бумага офсетная. Гарнитура SchoolBookCSanPin. Печать офсетная. Уч.-изд. л. 2,68. Доп. тираж 4000 экз. Заказ № 4750.

Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 127521, Москва, 3-й проезд Марьиной рощи, 41.

Отпечатано по заказу АО «ПолиграфТрейд»

в филиале «Тверской полиграфический комбинат детской литературы»

ОАО «Издательство «Высшая школа».

170040, г. Тверь, проспект 50 лет Октября, 46.

Тел.: +7(4822) 44-85-98. Факс: +7(4822) 44-61-51.

**Состав УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 класса
под редакцией А. Т. Смирнова**

- Рабочие программы. 5–9 классы
- Учебник
- **Рабочая тетрадь**
- Справочник для учащихся
- Поурочные разработки. 7–9 классы
- ОБЖ. Основы безопасности личности, общества, государства. Комплект демонстрационных таблиц с методическими рекомендациями. 5–9 классы
- ОБЖ. Основы здорового образа жизни. Комплект демонстрационных таблиц с методическими рекомендациями. 5–11 классы
- ОБЖ. Основы медицинских знаний. Комплект демонстрационных таблиц с методическими рекомендациями. 5–11 классы



Дополнительные материалы к учебнику
размещены в электронном каталоге
издательства «Просвещение»
на интернет-ресурсе www.prosv.ru


ПРОСВЕЩЕНИЕ
ИЗДАТЕЛЬСТВО

ISBN 978-5-09-038435-3



9 785090 384353