

**БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГУБЕРНАТОРСКИЙ КОЛЛЕДЖ НАРОДНЫХ ПРОМЫСЛОВ»**

**Адаптированная рабочая программа
по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»
для групп
профессионального обучения – профессиональной подготовки
по профессии 19601 «Швея»**

Вологда

2022

Организация-разработчик:

БПОУ ВО «Губернаторский колледж народных промыслов».

Разработчик:

преподаватель Трофимова Татьяна Валерьевна.

Рассмотрена на методической комиссии БПОУ ВО «Губернаторский колледж народных промыслов». Протокол 1 от 31 августа 2022 г.

Председатель ЦМК:

Захаров Р.А.

I. Пояснительная записка

Программа разработана для лиц с ограниченными возможностями здоровья, получающими профессиональное обучение по программе профессиональной подготовки по профессии «Швея».

Программа разработана на основе требований:

- Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (выпуск 46 «Швейное производство», утверждённый Постановлением Минтруда РФ от 14.07.2003 N 51).

Курс рассчитан на 68 часов.

В программе раскрыто содержание предмета, определены практические работы, которым уделяется большее внимание, чем в других группах в связи со спецификой контингента обучающихся. Прилагаются тематический план, требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся, примеры контрольно-оценочных средств для текущего контроля.

Программа курса ОБЖ предусматривает подготовку обучающихся в области защиты человека от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального происхождения во всех сферах его деятельности.

Программа предполагает формирование у обучающихся знаний, умений и навыков по охране и защите здоровья человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, по ликвидации их негативных последствий, оказанию само и взаимопомощи. Программа направлена на формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности, умению распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека и определять способы защиты от них.

При изучении раздела «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» больше внимание уделяется практическим навыкам, формированию здорового образа жизни на основе проработки конкретных жизненных ситуаций.

Главными задачами обучения по данной программе являются:

- развитие у обучающихся чувства ответственности за свое поведение;
- развитие бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у обучающегося самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Уровень сформированности знаний, умений и навыков обучающихся отслеживается в ходе текущего и промежуточного контроля.

После изучения курса ОБЖ обучающиеся должны знать:

- наиболее важные сведения о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- правила поведения в условиях ЧС природного происхождения;
- основные сведения об инфекционных заболеваниях и мерах профилактики;
- основные понятия здорового образа жизни;
- основные сведения о вредных привычках, меры профилактики вредных привычек;
- основные правила личной гигиены, способствующие сохранению и укреплению здоровья;
- основные сведения об экологии. Глобальные проблемы экологии Земли.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять основные мероприятия по защите от ЧС в использовании индивидуальных и коллективных средств защиты от поражающих факторов;
- выполнять приемы оказания первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, при отравлении;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
- вести здоровый образ жизни;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- соблюдать общие требования безопасности при использовании транспортными средствами, при нахождении на улице, правила поведения на воде, меры пожарной и инфекционной безопасности;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

- работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи колледжа).

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Особенности безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов обязательной нагрузки/с учётом с.р.
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		
Тема 1.1 Основные понятия основ безопасности жизнедеятельности	1. Введение в основы безопасности жизнедеятельности, теоретические основы, межпредметные связи, цель задачи дисциплины. Важность обеспечения собственной безопасности, формирование умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни	1/1
Тема 1.2 Человек, среда его обитания, безопасность человека	1. Город как среда обитания. Особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации	1/2
Тема 1.3 Защита человека в чрезвычайных ситуациях	1. Чрезвычайные ситуации, виды чрезвычайных ситуаций Чрезвычайные ситуации природного происхождения 2. Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения. Общее понятие и виды. 3. Примеры техногенных катастроф и их последствий. 4. Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Террористические угрозы. Правила обеспечения личной безопасности при встрече с незнакомыми предметами. 5. Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Мошенничество. Правила поведения в ситуациях с обращениями мошенников. 6. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения 7. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал	1/3 1/4 1/5 1/6 1/7 1/8 1/9 1/10

	<p>«Внимание всем!». Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!»</p> <p>Практическая работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> Средства индивидуальной защиты: классификация, правила пользования Отработка действий по предупредительному сигналу «Внимание всем!» 	
Тема 1.4 Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни	<ol style="list-style-type: none"> Опасные ситуации, которые могут возникнуть в быту. Действия при угрозе и во время опасных ситуаций в жилище. Безопасное поведение на воде. Состояние водоемов в различное время года. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила поведения на пляже. Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения при природных катализмах. Безопасное поведение на дорогах: движение пешеходов по дорогам. Безопасное поведение на улицах и дорогах, в общественном транспорте. Пассажир, общие обязанности пассажира. 	1/11 1/12 1/13 1/14 1/15 1/16 1/17 1/18
	<p>Практическая работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> Правила вызова экстренных служб (01, 02, 03, 04) и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения Правила пользования транспортом. Посадка в общественный транспорт, пожар в общественном транспорте Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года 	1/19 1/20 1/21
Тема 1.5 Безопасность в быту	<ol style="list-style-type: none"> Основные опасности в быту. Предупреждение бытовых травм Безопасная эксплуатация бытовых приборов: электрические чайники, газовые плиты Правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них 	1/22 1/23 1/24

	<p>4. Правила при авариях на коммунальных системах жизнеобеспечения</p> <p>5. Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми</p>	1/25 1/26
Тема 1.6 Безопасность в социуме, в информационном пространстве	<p>1. Общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных местах</p> <p>2. Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий</p> <p>3. Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при попадании в толпу и давку</p> <p>4. Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей</p> <p>5. Основные правила поведения в социальных сетях. Как распознать действия кибермошенников</p>	1/27 1/28 1/29 1/30 1/31
Тема 1.7 Проблемы экологии и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека в среде его обитания	<p>1. Основные понятия экологии. Общая характеристика и классификация экологических факторов среды</p> <p>2. Проблемы экологии и их влияние на человека в среде его обитания</p> <p>3. Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения</p> <p>4. Загрязнение почвы, воды: причины и последствия, примеры</p> <p>5. Экологическое законодательство. Красная книга</p>	1/32 1/33 1/34 1/35 1/36
	<p>Практическая работа:</p> <p>1. Рисование плакатов на тему: «Загрязнение воздушной и водной среды обитания»</p> <p>2. Изучение правил сортирования сбора мусора для различных видов контейнеров</p>	1/37 1/38

Раздел 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	
Тема 2.1 Основы здорового образа жизни и оказание первой помощи	<p>1. Основные понятия, характеризующие здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье современного человека</p> <p>2. Привычки, их классификация и роль в формировании здорового образа жизни. Болезни, их причины и связь с образом жизни</p> <p>3. Вредные привычки и их влияние на организм человека: алкоголь, энергетики, газированные напитки. Табакокурение, его влияние на здоровье человека</p> <p>4. Наркотики, их роль в жизни современного человека. Наркомания и токсикомания</p> <p>5. Питание, его роль в реализации здорового образа жизни</p> <p>6. Гигиена как важнейший компонент здорового образа жизни</p> <p>7. Заноза, кровотечение, укус, ушиб.</p> <p>8. Отравления. Причины отравлений. Признаки отравлений Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами</p>	1/38 1/39 1/40 1/41 1/42 1/43 1/44 1/45
	Практическая работа:	
	<p>1. Полезные привычки: значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма</p> <p>2. Разработка меню старшего подростка</p> <p>3. Составление режима дня</p> <p>4. Сроки годности и состав продуктов питания</p>	1/46 1/47 1/48 1/49
Тема 2.2 Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях	<p>1. Раны, их классификация и осложнения, возникающие при ранениях</p> <p>2. Особенности оказания первой медицинской помощи при ранениях, перевязки, способы наложения повязок</p> <p>3. Кровотечения, их виды, первая помощь при разных видах кровотечений</p> <p>4. Ожоги, обморожения, поражения электрическим током и оказание первой медицинской помощи</p> <p>5. Утопление, солнечный и тепловой удары, поражения животными, отравления ядовитыми растениями и первая медицинская помощь</p>	1/50 1/51 1/52 1/53 1/54

	Практическая работа: Отработка умений накладывать повязку на палец, оказывать первую помощь при солнечном и тепловом ударе	1/55
Тема 2.3 Репродуктивное здоровье	1. Понятие репродуктивного здоровья. Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России 2. Взаимоотношения подростков друг с другом и представителей старшего поколения. 3. Ранние половые связи и их последствия для здоровья 4. Инфекции, передаваемые половым путем (краткая характеристика, виды, пути передачи) и их профилактика	1/56 1/57 1/58 1/59
	Практическая работа: Тренинг по теме: «ВИЧ: правда и выдумки»	1/60
Раздел 3	Основы военной службы	
Тема 3.1 Вооруженные силы Российской Федерации	1. Краткая характеристика истории Вооруженных сил России. Создание Вооруженных сил РФ 2. Организационная структура Вооруженных Сил и родов войск 3. Краткая характеристика специальных войск, их функций и структуры. Войска, не относящихся к Министерству обороны	1/61 1/62 1/63
Тема 3.2 Боевые традиции и символы воинской чести Вооруженных сил Российской Федерации. Воинская обязанность	1. Патриотизм – духовно-нравственная основа служения Отечеству. Патриотическое воспитание и его роль в развитии личности 2. Боевое знамя части – символ воинской чести. Ритуалы Вооруженных сил, их предназначение и роль 3. Формы награждения военнослужащих. Ордена и почетные звания, празднование дней воинской славы 4. Организация медицинского обследования и постановка на воинский учет. Особенности призыва в ряды Вооруженных сил РФ. 5. Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту	1/64 1/65 1/66 1/67 1/68
Всего:		68

Примеры контрольно – оценочных средств для текущего и рубежного контроля по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

ПРИМЕЧАНИЕ: 1) Обучающиеся, имеющие лёгкую степень умственной отсталости, умеющие читать, понимать прочитанное и писать, выполняют задания теста письменно.

2) Обучающиеся со средней и тяжёлой формами умственной отсталости и сложными формами психических расстройств выполняют тест в устном предъявлении преподавателя.

3) Для облегчения ответа на вопросы тест может сопровождаться наглядными иллюстрациями или слайдами презентации.

Цель: проверить уровень знаний обучающихся по предмету ОБЖ за первый год обучения.

Оценка результатов обучения:

Тест состоит из 12 вопросов, в каждом из которых может быть 1 или несколько правильных ответов. Максимальное количество возможно набранных баллов 20. Каждый правильный ответ – один балл.

Шкала оценивания:

95-100% правильных ответов оценка «5»

76-94% правильных ответов оценка «4»

50-75% правильных ответов оценка «3»

Менее 50% правильных ответов оценка «2»

В каждом вопросе имеется подсказка о количестве правильных ответов.

1. Что называется стихийным бедствием? Найдите 1 правильный ответ:

А) техногенные и природные чрезвычайные ситуации;

Б) различные процессы, которые возникают в результате хозяйственной деятельности человека;

В) природные процессы, которые возникают в результате действия стихийных сил природе и могут вызвать многочисленные жертвы и притеснить значительный материальный или иной ущерб.

2. Какого характера ЧС является мошенничество:

- А) природного
- Б) социального
- В) техногенного

3. Сигнал, который извещает об угрозе ЧС:

- А) «Внимание опасность»
- Б) «Внимание, внимание»
- В) «Внимание всем!»

4. При каком сигнале светофора можно переходить улицу?

- А) при жёлтом
- Б) при зелёном
- В) при красном

5. Укажи верные утверждения:

- А) Любые незнакомые животные могут быть опасны
- Б) Бродячие животные переносят микробов
- В) Обязательно берите на руки бездомных животных, они ждут вашей ласки

6. Как нужно вести себя при пожаре? (Выбери правильный ответ) После предупредительного сигнала нужно:

- А) включить телевизор, плотно поесть и ждать родителей
- Б) выйти на улицу или лечь на пол, закрыть лицо тканью (лучше мокрой), позвонить в службу спасения
- В) выключить электричество, газ и воду, одеться по погоде, взять упакованные продукты и подняться на чердак дома или на верхние этажи

7. Какие правила необходимо соблюдать, чтобы не заболеть? Выберите несколько правильных ответов

- А) Мыть руки
- Б) Ходить в грязной одежде

- В) Мыть фрукты и овощи
- Г) Есть испорченные и просроченные продукты
- Д) Чаще мыться и чистить зубы два раза в день
- Е) Трогать бродячих животных
- Ж) Иметь свои: полотенце, расческу, нижнее белье

8. В каких местах на льду можно кататься? Выберите несколько правильных ответов

- А) Около кустов, камыша
- Б) В проверенных местах
- В) Возле стока воды
- Г) На катках
- Д) Около рыбачьих лунок

9. Что будешь делать, если ты провалился под лед? Выберите несколько правильных ответов

- А) Кричать, звать на помощь
- Б) Не плакать, не пугаться, а выбираться в ту сторону, откуда пришел.
- В) Барахтаться в воде, чтобы не замерзнуть
- Г) Широко раскинешь руки и заползешь на льдину
- Д) Будешь ждать помощи
- Е) Если рядом есть длинный предмет, положишь его поперек полыни и постараешься выбраться

10. Соедини стрелочками номера телефонов и название аварийных служб:

- | | |
|----|--------------------------------------|
| 01 | 1) Полиция |
| 03 | 2) Пожарная охрана (Служба спасения) |
| 02 | 3) Скорая помощь |

11. Что необходимо сделать, прежде всего, если в доме неожиданно начался пожар, который ты не сможешь потушить самостоятельно? Выбери правильный ответ:

- 1) убежать;
 - 2) начать тушить самостоятельно
 - 3) вызвать пожарных по телефону «01»



Примеры наглядного материала для текущего и рубежного контроля знаний

1. Составь рассказ по картинке

Я МОЮ РУКИ



2. Выбери правильные картинки, в которых показано как правильно нужно чихать



Примеры тестовых заданий

Примеры вопросов, из которых формируются тесты по теме «Безопасное поведение на дорогах» (каждый обучающийся отвечает на пять вопросов из списка)

1. Переходя улицу, необходимо быть:

- а) сильным, смелым, стройным;
- б) сообразительным, внимательным, осторожным;
- в) умным, красивым, радостным.

2. С какого возраста детям можно ездить на велосипеде по автомобильным дорогам?

с 10 лет - с 14 лет - с 18 лет

3. Как выглядят запрещающие знаки дорожного движения?

- а) знак в виде красного треугольника;
- б) знак в виде красного круга;
- в) знак в виде синего круга.

4. Подчеркни дорожные знаки, которые изображены на карточке:

Подземный переход

Движение на велосипеде запрещено

Остановка автобуса

Внимание, дети!

Дорожка для велосипедистов

5. Перечислите основные элементы автомобильной дороги:

6. Выберите основные виды транспортных средств.

- А)Специальный
- Б)Водный
- В)Легковой
- Г)Грузовой
- Д)Общественный

7. Раскрасьте сигнал светофора карандашом того цвета, который разрешает переходить пешеходам проезжую часть.

8. Что означает сигнал регулировщика, если рука поднята вверх?

- А) Можно дорогу переходить слева
- Б) Можно переходить дорогу справа
- В) Переходить дорогу запрещено.

Примеры вопросов, из которых формируются тесты по теме «Безопасное поведение дома» (каждый обучающийся отвечает на пять вопросов из списка)

1. Напишите номера телефонов и названия срочных служб:

газовая служба
скорая помощь
пожарная охрана
полиция

2. Отметьте правильный ответ:

Что необходимо сделать прежде всего, если в доме начался пожар, который ты не сможешь потушить самостоятельно?

- А) убежать;
- Б) закричать, позвать на помощь взрослых;
- В) вызвать пожарную охрану.

3. Если в подъезде дым, что ты должен сделать?

- А) выйти и посмотреть, что там горит;
- Б) закрыть дверь и заткнуть щели мокрыми тряпками;
- В) не обращать внимания – ведь горит не в твоей квартире.

4. Отметьте, где неверно указано правило поведения в лифте:

- А) Входите в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за вами зайдёт в кабину.
- Б) Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входите в кабину.

В) Если незнакомец зашёл вместе с вами лифт, повернитесь к нему спиной, чтобы не видеть его.

5. Что нужно сделать сразу, если ты почувствовал в квартире запах газа?

А) зажечь спичку;

Б) сразу выйти из своей квартиры и позвонить в газовую службу 104;

В) открыть все окна.

6. Напиши, что необходимо сделать, если в глаза попал стиральный порошок:

7. Укажите, как необходимо передвигаться в задымленном помещении к выходу.

А) ползком

Б) прыжками

В) бегом

8. Отметьте первый признак ожога:

А) Покраснение кожи

Б) Кровотечение

В) Появление волдыря

9. Отметьте, где неправильно указаны правила безопасного поведения в быту:

А)Не оставляйте включенной газовую конфорку.

Б)Вынимая электрическую вилку из розетки, не тяните за провод.

В)Когда моетесь в ванной или под душем, нужно пользоваться электрическими приборами.

10. Укажите причины пожара в доме:

А)возгорание электроприборов, оставленных под напряжением без присмотра

Б)неосторожное обращение с электроприборами

В)игра с огнём

Г)солнечная погода

Примеры вопросов, из которых формируются тесты по теме «Защита человека в чрезвычайных ситуациях» (каждый обучающийся отвечает на пять вопросов из списка)

1. Опасные природные явления, которые возникают в местах проживания человека и создают угрозу для его жизни и здоровья, называются:

А)стихийными бедствиями

Б)чрезвычайными ситуациями

В)катастрофами

2. Укажите, о каком опасном природном явлении идёт речь:

Временное затопление значительной части суши, к которому приводят продолжительные ливни, быстрое таяние снегов – реки выходят из берегов и под водой оказываются целые населённые пункты.

А) наводнение

Б) землетрясение

В) смерч

3. Напишите 3 причины лесных пожаров:

4. Что ты будешь делать, если на улице гололед?

а) никуда не пойду, буду сидеть дома;

б) надену мало скользящую обувь и осторожно, не спеша буду передвигаться в нужном направлении;

в) при передвижении буду за кого-нибудь держаться.

5. Твои действия при сильном ветре (буре, урагане)?

а) отключу все электроприборы, приготовлю свечу или фонарик;

б) плотно закрою все окна и двери;

в) запру квартиру и выйду на улицу или спрячусь на балконе.

6. Что ты будешь делать, если гроза застала тебя во время купания в водоеме?

а) продолжу купаться;

б) выйду из воды и спрячусь под деревом;

в) выйду из воды и отойду подальше от металлических предметов.

7. Что ты будешь делать, если гроза застала тебя дома?

а) отключу все электроприборы, закрою окна и двери, печные трубы;

б) спрячусь под стол или в шкаф;

в) ничего не буду делать.

8. Что ты будешь делать, если несколько дней стоит сильная жара?

а) буду много загорать, ведь это полезно;

б) буду пить жидкости больше, чем обычно;

в) буду носить головной убор и светлую одежду из хлопка.

9. Что ты будешь делать во время наводнения?

а) вместе с взрослыми немедленно выйду из опасной зоны;

б) ничего не буду предпринимать;

в) постараюсь быстро выйти на возвышенное место или заберусь на дерево.

10. Как ты поведешь себя, если началось землетрясение?

а) быстро выйти из помещения на улицу;

б) останусь дома охранять имущество;

в) позову на помощь взрослых.

Примеры вопросов, из которых формируются тесты по теме «Пожарная безопасность» (каждый обучающийся отвечает на пять вопросов из списка)

1)Пожар - это:

- Горе
- Радость
- Несчастье

2)Почему может начаться пожар в лесу, в деревне?

- Не погасили костер
- Подожгли сухую траву
- Не выключили воду
- Баловались со спичками

3)Почему может начаться пожар дома?

- Забыли выключить утюг, телевизор
- Весело пели песни
- Не закрыли печь
- Играли со спичками

4)Что надо сделать если начался пожар?

- Выбежать из дома, школы
- Спрятаться под парту, под кровать
- Сказать взрослым
- Позвонить по номеру 01

5)По какому номеру надо звонить в пожарную часть?

- 0 2
- 0 1
- 0 4
- 0 3

6)Чем можно тушить начинающийся пожар?

- Огнетушителем
- Песком
- Водой
- Покрывалом (накрыть огонь, чтобы прекратить доступ воздуха)

7)Что нужно сказать по телефону дежурному пожарному?

- «Помогите! Пожар!»

- Адрес

8)Какая машина приедет на пожар?

- Такси
- Красная пожарная машина
- Скорая помощь

9)Если вы оказались в задымленной комнате, то надо:

- Стоять
- Лечь на пол
- Закрыть лицо влажной салфеткой

10)Если на тебе загорелась одежда, то надо:

- Упасть на пол и кататься
- Бежать изо всех сил
- Попытаться скинуть одежду

- 11) Если одежда загорелась на другом человеке, то надо:
 - Накрыть покрывалом
 - Сбивать огонь
- 12) Чем нельзя пользоваться около новогодней елки?
 - Хлопушками
 - Бенгальскими огнями
 - Карнавальной маской
 - Петардами
- 13) Если в комнате сильно пахнет газом, то надо:
 - Включить свет
 - Выйти на улицу
 - Сказать взрослым

Примеры вопросов, из которых формируются тесты по теме «Правила дорожного движения» (каждый обучающийся отвечает на пять вопросов из списка)

- 1) В каких местах разрешается переходить улицу?
 - По светофору
 - Где хочешь
 - По пешеходному переходу
- 2) Какой знак стоит возле пешеходного перехода?



- 3) Какой цвет светофора разрешает переходить дорогу?
 - Красный цвет
 - Зеленый цвет
 - Зеленый идущий человечек
- 4) Чем надо вертеть на дороге?
 - Руками
 - Головой
 - Ногами
- 5) Как переходить дорогу за городом?
 - Посмотреть, чтобы машины были далеко
 - Перебегать дорогу перед идущей машиной
 - Посмотреть налево, дойти до середины дороги, посмотреть направо
- 6) Если вы за городом вышли из автобуса и вам надо перейти дорогу, то вы:
 - Подождёте, пока автобус отъедет от остановки

- Обойдёте стоящий автобус сзади
- Обойдёте стоящий автобус спереди
- **7)Если вы вышли из автобуса в городе и вам надо перейти дорогу, то вы:**
 - Подождёте, пока автобус уедет
 - Обойдёте автобус спереди или сзади
 - Найдете пешеходный переход и перейдёте дорогу
- **8)Со скольки лет разрешается ездить на велосипеде по проезжей части?**
 - 5 лет
 - 14 лет
 - 11 лет
- **9)Где пешеход должен идти по улице?**
 - Везде
 - По проезжей части
 - По тротуару
- **10)Как вы перейдете железнодорожные пути?**
 - Спрыгните на рельсы и пойдете по ним
 - Найдёте переходной мостик и перейдете
- **11)Если ваш друг будет торопить вас переходить дорогу, то вы:**
 - Побежите с ним
 - Будете смеяться над ним
 - Остановите его и правильно перейдете дорогу
- **12)Во что можно играть возле дороги?**
 - В догонялки
 - В мяч
 - Нельзя играть совсем
- **13)Что обязательно должен иметь пассажир в транспорте?**
 - Деньги для оплаты билета
 - Проездной билет
 - Шоколадку
- **14)Если нарушать правила дорожного движения, то можно потерять:**
 - Деньги
 - Жизнь
 - Шапку
 - Здоровье

Основная литература (используется преподавателем при подготовке к занятиям)

Электронный учебник Лекта Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы: базовый уровень: учебник / С.В. Ким, В.А. Горский. — 2-е изд., стереотип. — М.: Вентана-Граф, 2020. — 396, [4] с.: ил. — (Российский учебник).

Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»

В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 кл./ - М.: Дрофа, 2015

Е.И. Тупикин, В.А. Евтеев Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие для преподавателей – организаторов ОБЖ учреждений начального профессионального образования. – Вологда: Издательский центр ВИРО, 2007