

Рабочая тетрадь ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5

класс

К учебнику «Основы безопасности
жизнедеятельности. 5 класс»

Под редакцией Ю.Л. Воробьева



ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ЛИЧНОЙ
БЕЗОПАСНОСТИ
В ПОВСЕДНЕВНОЙ
ЖИЗНИ

Р.Г. ДРАНОВСКАЯ

Рабочая тетрадь по ОБЖ

к учебнику

«Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс»

под редакцией Ю.Л. Воробьева

5

класс

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ
В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ**



Астрель

Москва • 2013

УДК 373:614.8
ББК 68.9я721
Д72

Драновская, Р.Г.

Д72

Рабочая тетрадь по ОБЖ : к учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс» под редакцией Ю.Л. Воробьёва : 5-й кл. / Р.Г. Драновская. — М.: Астрель, 2013. — 61, [3] с.: ил.

ISBN 978-5-271-23855-0 (ООО «Издательство Астрель»)

Рабочая тетрадь к учебнику М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс» под редакцией Ю.Л. Воробьёва, рекомендованному Министерством образования и науки Российской Федерации и включённому в Федеральный перечень учебников.

Рабочая тетрадь включает различные типы заданий и построена в соответствии с логикой изложения материала в учебнике. Основная группа заданий предназначена для первичного закрепления знаний, тематического контроля и самостоятельной работы с учебником. Для развития поисковой деятельности предлагаются практические задания, работы с рисунками и ситуационные задачи.

Рабочая тетрадь предназначена для работы на уроках и дома.

**УДК 373:614.8
ББК 68.9я721**

Подписано в печать 09.08.2012 г. Формат 70 × 90¹/₁₆
Усл. печ. л. 4,68 Доп. тираж 5000 экз. Заказ №

ISBN 978-5-271-23855-0 (ООО «Издательство Астрель»)

© Драновская Р.Г.
© ООО «Издательство Астрель»

СОДЕРЖАНИЕ

Дорогие ребята!	4
Что такое опасные и чрезвычайные ситуации?	5
Главные правила ОБЖ	7
Как научиться выявлять и предвидеть опасности	8
Опасности в городе и в поселке	10
Службы защиты населения. Сигналы опасности	11
Опасные ситуации в жилище	12
Пожары в жилище	15
Оповещение и эвакуация при пожаре. Средства борьбы с огнем	17
Опасные газы, с ними не шутят	20
Затопление жилища	22
Разрушение здания	23
Как защитить себя от опасных веществ в быту	24
Опасные ситуации на дорогах и тротуарах	27
В метро или электричке может произойти любая неприятность	31
Другие опасности на улицах города	34
Мы едем в далекие края, кто мои соседи, где мои друзья?	35
Как уберечься от опасностей на воде и водном транспорте	37
Опасности на льду	37
Аварийные ситуации на воздушном транспорте	39
Как уберечь себя от преступлений	42
Как защитить свой дом	43
Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах	45
Нарушения экологического равновесия	48
Вода — основа жизни!	50
Загрязнение почв	52
Продукты под контролем	54
От чего еще горожанину может стать не по себе. Шум	54
Небезопасный компьютер (телевизор)	56
Что следует знать об оказании первой медицинской помощи (ПМП)	57

ДОРОГИЕ РЕБЯТА!

Вашему вниманию предлагается рабочая тетрадь к школьному учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс» под редакцией Ю.Л. Воробьева.

Рабочая тетрадь включает различные задания по одной из главных тем курса «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».

Предлагаемые темы и задания построены в соответствии с логикой изложения материала в учебнике.

Выполнение разнообразных заданий поможет вам научиться анализировать, классифицировать и обобщать изучаемый материал, выделять основные и наиболее существенные признаки различных объектов и явлений окружающей нас жизни.

Задания, требующие обосновать свой ответ, проверяют не только ваши знания, но и научат аргументировать свою точку зрения, строить ответ доказательно.

Практические задания помогут вам стать более наблюдательными. Вы научитесь описывать увиденное, проводить сравнение, формулировать свои мысли, получите полезные навыки, которые могут пригодиться вам в дальнейшей жизни.

Не торопитесь отвечать на вопросы, подумайте над ними. Если вы обнаружили, что неправильно ответили на вопросы, то обратите внимание на раздел параграфа, который оказался недостаточно усвоенным. Старайтесь справиться с заданием самостоятельно.

Работа с тетрадью на уроках и дома поможет вам легче усвоить новый материал, изложенный в учебнике, проверить и закрепить ваши знания.

Что такое опасные и чрезвычайные ситуации?

Учебник, стр. 8—11.

Задание 1. Составьте правильное утверждение, используя слова-подсказки.

Безопасность — _____

Слова-подсказки. Состояние, это, имущества, его, и, защищенности, окружающей среды, человека, факторов, воздействия, неблагоприятных, от.

Опасная ситуация — _____

Слова-подсказки. Это, среде обитания, его имуществу, это, неблагоприятная, в которой, обстановка вредные, действуют факторы, природы, различной, угрожающие, здоровью, человека, и.

Приведите 2—3 примера опасной ситуации.

Приведите 2—3 примера чрезвычайной ситуации.

Задание 2. Найдите соответствие.

Найдите соответствие между понятием и его определением.

- А. Экстремальная опасная ситуация
Б. Крупномасштабная опасная и экстремальная ситуация
1. Экстремальная и опасная ситуация с вовлечением большого количества людей, грозящие тяжелыми последствиями для общества.
 2. Неблагоприятная обстановка, в которой действуют вредные факторы различной природы, угрожающие здоровью, жизни человека, его имуществу и среде обитания.

3. Сложные опасные ситуации, которые требуют для защиты жизни и здоровья человека напряжения всех его физических и духовных сил.

Ответ _____

Задание 3. Продолжите предложение.

Давайте приведем примеры мест, где мы бываем каждый день и где нас могут подстеречь опасности: в транспорте, на проезжей части...

Задание 4. Выберите правильный ответ.

В зависимости от причин возникновения и разновидности действующих факторов опасные ситуации бывают:

- А. Только техногенные и социальные
- Б. Только социальные и природные
- В. Только природные и техногенные
- Г. Природные, техногенные, социальные

Ответ _____

Задание 5. Работа с рисунком.

Нарисуй схему своего маршрута из школы домой. Отметь на нем ярким цветом наиболее опасные для тебя места.



Задание 6. Ответьте на вопрос.

1. Кто из твоих любимых героев книг, мультфильмов, фильмов попадал в опасную ситуацию? Приведи 2—3 примера. _____

Главные правила ОБЖ

Учебник, стр. 12—13.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Что такое правило? _____

2. Какие главные правила ОБЖ ты знаешь? Назови наиболее важные, на твой взгляд, 3 правила ОБЖ.

Задание 2. Составьте правильное утверждение, используя слова-подсказки.

Напиши главные правила безопасности жизнедеятельности.

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

Слова-подсказки.

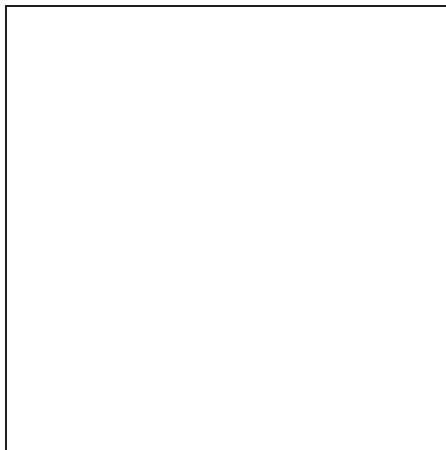
1. Виды, и, причины, изучай, опасностей.
2. Предвидеть, учись, возникновение, в любом месте, опасностей.
3. Обращайся, всегда, помощью, и, советом.
4. В, ситуациях, не пугайся, трудных, не паникуй.

Задание 3. Пословицы и поговорки.

Найди в этом учебнике пословицу или поговорку, которая могла бы быть правилом ОБЖ и запиши ее. (См стр. 168—170 в учебнике.)

Задание 4. Работа с рисунком.

Нарисуй плакат, посвященный одному из правил безопасности жизнедеятельности. Запиши это правило.



Как научиться выявлять и предвидеть опасности

Учебник, стр. 14—17.

Задание 1. Выберите правильные ответы.

Многие опасные ситуации являются результатом твоей (твоим)...

- А. Невнимательности
- Б. Незнания
- В. Предусмотрительности
- Г. Знанием ситуации
- Д. Непослушания

Ответ _____

Задание 2. Закончите предложение.

Если ты будешь знать и помнить главные причины возникновения опасностей и можешь предвидеть развитие событий, то тебе будет легче

Задание 3. Работа с рисунком.

Посмотри на рисунки и ответь на вопросы.



1. Какая опасность может возникнуть при восхождении на гору по крутому склону?

2. Какая опасность может возникнуть при выполнении акробатических упражнений?

3. Что помогает альпинисту и девочке-акробату избежать опасности?

Задание 4. Ответьте на вопросы.

1. Объясни пословицу. «Есть смелость, нужна и умелость».

2. Что нужно делать, чтобы научиться предвидеть опасности?

1. Пополнять свои знания об опасностях.

2. Советоваться со специалистами.

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Задание 5. Ситуационная задача.

Миша отправился вечером в гости к своему приятелю, который жил за городом. Он торопился и перепутал номер автобуса и уехал в другую сторону. На обратный билет у него не было денег, он их забыл дома, забыл и мобильный телефон. Что должен был сделать Миша, чтобы избежать такой неприятной и возможно опасной ситуации?

Задание 6. Составьте правильное утверждение.

Расставь правильно последовательность букв, и ты узнаешь поговорку.

К	Е	В		И	И	В	Ж	,	Е	В	К		Ь	И	Ч	У	С	.
								,										.

Опасности в городе и в поселке

Учебник, стр. 18—23.

Задание 1. Выберите правильные ответы.

1. В городе для человека может быть опасным
 - А. Интенсивное движение автомобильного транспорта
 - Б. Длительное отсутствие питьевой и технической воды
 - В. Засушливое лето
 - Г. Землетрясение
 - Д. Продолжительные ливневые дожди

Ответ _____

2. В сельской местности для человека может быть опасным
 - А. Ураган
 - Б. Засушливое лето
 - В. Интенсивное движение транспорта
 - Г. Продолжительные ливневые дожди
 - Д. Зависимость человека от работы бытовых служб

Ответ _____

Задание 2. Вставьте пропущенное слово, используя слова-подсказки.

1. В большом городе каждый день человек должен преодолевать большие _____
2. Интенсивное движение городского транспорта увеличивает вероятность возникновения _____
3. При большом скоплении людей и построек наводнение или землетрясение намного _____ в городе, чем в _____ местности.
4. В сельской местности люди _____ знают друг друга, чем в _____
5. В городе много опасных для _____ промышленных объектов.
6. В городе человек зависит от работы _____
7. Человек, живущий в городе, привык к _____ условиям.
8. Высокая концентрация _____ характерна для городов.

Слова-подсказки. Автодорожное происшествие. Опаснее. Расстояние. Сельской. Город. Намного лучше. Правонарушители. Бытовые службы. Комфортный. Здоровье.

Задание 3. Составьте правильное утверждение.

Расставь правильно последовательность букв, и ты узнаешь одну из главных опасностей как для городских, так и сельских жителей.

А	З	Р	Г	З	Я	Е	Н	Е	И	Н		К	О	У	Р	А	Ж	Щ	Ю	Й	Е		С	Е	Р	Ы	Д

Службы защиты населения. Сигналы опасности

Учебник, стр. 24—28.

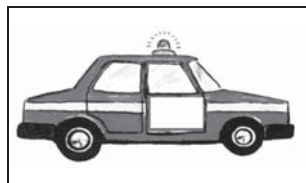
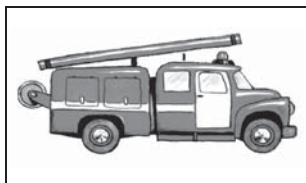
Задание 1. Вставьте пропущенные слова.

В нашей стране в городах и поселках существуют службы защиты населения, и каждая служба имеет свой, легко запоминающийся номер телефона. Напиши эти номера телефонов и запомни их.

1. Пожарная охрана _____
2. Милиция _____
3. Скорая помощь _____
4. Аварийная служба газового хозяйства _____

Задание 2. Работа с рисунком.

Для каждой специальной машины службы защиты населения расставь свой номер телефона.



Задание 3. Вставьте пропущенные слова.

С _____ в нашей стране существует _____ служба МЧС. МЧС — это Министерство по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий _____. Поисково-спасательные службы помогают всем, у кого случается беда, помогают сохранить самое важное — жизнь и здоровье людей. Для этого у них есть современная _____, специальные _____ и специальные средства индивидуальной _____. Многие школьники участвуют в движении _____.

Слова-подсказки. Поисково-спасательная. 1990 г. Знания. Защита. Юный спасатель. Стихийные бедствия. Техника.

Задание 4. Ответьте на вопросы.

1. Что такое оповещение? _____
2. Когда всем нам необходимо оповещение? _____
3. Что мы используем для сигнала оповещения? _____

4. О чем может предупреждать сигнал оповещения населения? Сигнал оповещения возможен при _____
-

Задание 5. Работа с рисунком.

1. Нарисуй (или приклей картинку) известные тебе средства оповещения. Подпиши их названия.



2. Посмотри на рисунки и напиши, кому из специалистов служб защиты населения принадлежат эти вещи.



Опасные ситуации в жилище

Учебник, стр. 28—34.

Задание 1. Вставьте пропущенные слова.

Специалисты, занимающиеся спасением людей, составили список наиболее распространенных опасных ситуаций, возможных в жилых помещениях:

1. Пожары и _____
2. Отравление угарным и _____ газом

3. Бытовые травмы и _____
4. Падение с высоты и с _____
5. Захлопывание _____ и потеря _____
6. Нападение злоумышленников и _____
7. Разрушение _____
8. Затопление жилых _____

Слова-подсказки. Бытовой. Заболевания. Помещение. Дверь. Дом. Кража. Лестница. Возгорание. Ключи.

Задание 2. Найдите соответствие.

Причинами нежелательных и опасных ситуаций в жилых помещениях могут быть различные факторы. Найди соответствие между фактором и его характеристикой.

Факторы	Характеристика факторов
1. Природный	А. Повреждение канализационной системы
2. Техногенный	Б. Морозы и ураганы
3. Социальный	В. Противоправное поведение, хулиганство
	Г. Игра с огнем
	Д. Землетрясение

Ответ

1	2	3

Задание 3. Составьте правильное утверждение.

Расставь правильно буквы, и ты повторишь одно из главных правил безопасности жизнедеятельности.

[illegible][illegible][illegible]

Задание 4. Выберите правильные ответы.

1. Лена решила воспользоваться лифтом, но он вдруг остановился. Есть мобильный телефон. Что ей делать?
А. Кричать и стучать
Б. Плакать
В. Нажать кнопку связи с диспетчером
Г. Позвонить родителям или в службу МЧС
 2. Что делать, если возникла угроза нападения собаки?
А. Убежать
Б. Бросить в нее камнем
В. Уходить медленно, не ускоряя шага
Г. Закричать на нее
 3. Что делать, если укусила незнакомая дикая собака?
А. Смазать рану йодом
Б. Промыть рану водой из лужи
В. Обратиться к врачу
Г. Поймать собаку и отвести ее к ветеринару
 4. Почему нужно быть осторожным с бездомными животными?
А. Они очень агрессивны
Б. Могут быть разносчиками болезней
В. Обязательно укусят
 5. Что делать, если захлопнулась дверь, а на лестничной клетке очень холодно.
А. Позвонить родителям
Б. Пойти к соседям, позвонить родителям и дождаться их
В. Пойти к приятелю в гости в соседний дом
Г. Обратиться за помощью к незнакомому прохожему
- Ответ

1	2	3	4	5

Задание 5. Выберите правильные утверждения.

1. Пожары и возгорания бывают только на больших предприятиях.
2. Землетрясения опасны только в городах.
3. Ураганный ветер может повредить здание
4. Наиболее частая опасная ситуация в доме — это возгорание.
5. Дикие и бродячие животные не представляют опасности для человека.
6. Неисправность водопроводных кранов может привести к затоплению помещения.

Ответ _____

Задание 6. Работа с рисунком.

Придумай и нарисуй знаки, предупреждающие об опасности в доме и на улице. Напиши их название.









Пожары в жилище

Учебник, стр. 34—39.

Задание 1. Ответьте на вопрос.

Что является опасными спутниками огня?

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

Задание 2. Выберите правильное утверждение.

Причинами пожара и возгорания могут быть:

1. Игра с огнем.
2. Неправильное пользование электроприборами.
3. Выключенный утюг.
4. Неосторожное обращение и неумение пользоваться петардами.
5. Оставленная без присмотра зажженная свеча.
6. Большое количество включенных электроприборов в одну розетку.

7. Использованные спички в банке.
8. Брошенная спичка в сухую траву.
9. Использование бензина и других легковоспламеняющихся жидкостей для растопки печи.
10. Не затушенный костер.

Ответ _____

Задание 3. Вставьте пропущенные слова.

При возгорании и распространении огня в помещении необходимо:

1. Вызвать _____ по телефону _____;
2. При разговоре с дежурным пожарным _____ адрес, где происходит пожар;
3. Если нет возможности позвонить, то надо сообщить _____ и кричать _____;
4. Если есть возможность, то быстро покинуть _____ зону.

Слова-подсказки. Пожарная охрана. Четко. Опасный. Пожар. 01. Назвать. Адрес.

Задание 4. Выберите правильный ответ.

1. Если возгорание небольшое, то можно попытаться справиться с огнем самому.
А. Да Б. Нет
2. В горящем помещении можно распахивать окна и устраивать сквозняк.
А. Да Б. Нет
3. Нельзя подходить к огню, потому что может произойти взрыв, обрушение горящих предметов.
А. Да Б. Нет
4. Дети могут помочь спасти горящее имущество и пожарным.
А. Да Б. Нет
5. При тушении горящих электроприборов можно пользоваться водой.
А. Да Б. Нет
6. При тушении горящих электроприборов можно пользоваться песком и землей.
А. Да Б. Нет

Ответ

1	2	3	4	5	6

Задание 5. Расставьте правильную последовательность действий.

При возгорании электробытовых приборов необходимо соблюдать правила:

1. Чтобы прекратить доступ кислорода (воздуха) к горящему прибору, необходимо его накрыть плотной тканью. _____

- Отключить прибор от электрической сети или перекрыть источник электричества. _____
- Засыпать огонь песком или стиральным порошком, или землей. _____

Задание 6. Составьте правильное утверждение.

Расставь правильно буквы, и ты узнаешь мудрую пословицу.

А	А	М	Л		П	С	Ч	И	А	К	,	О	Н		О	Б	Ь	Л	И	Ш	Е		Е	Д	Ы	Б		Е	Д	А	Л	Т	Е

Оповещение и эвакуация при пожаре. Средства борьбы с огнем

Учебник, стр. 40—45.

Задание 1. Найдите соответствие.

- Подбери правильное определение для понятия «воспламенение и горение».

Понятие

1. Горение

2. Воспламенение

Определение

А. Процесс возникновения горения. Может возникнуть в результате зажигания или самовоспламенения

Б. Быстро протекающее превращение (химическое) вещества, сопровождающееся большим выделением тепла и обычно ярким пламенем

Ответ

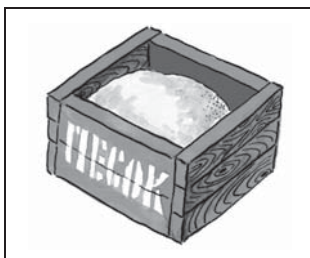
1	2

- Посмотри внимательно на рисунки и определи, в каком случае надо применить для тушения возгорания воду, песок или пенный огнетушитель.

1. Пенный
огнетушитель



2. Песок



3. Вода



А. Горящий телевизор



Б. Пострадавший от огня



В. Горящий дом



Ответ

1	2	3

3. Что делать, если началось возгорание или пожар?

1. Возникновение небольших и доступных очагов возгорания

2. Сильный пожар и сильное задымление

А. Постараться самостоятельно потушить доступными средствами: водой, песком, плотной тканью, землей, огнетушителем и т.д.

Б. Постараться срочно покинуть помещение и сообщить в пожарную охрану

Ответ

1	2

Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Что такое пожар? Приведи 2—3 примера причин возникновения пожара.
2. Как развивается пожар?
3. Что такое воспламенение? Приведи 2—3 примера причин воспламенения.
4. Какие средства тушения пожара вы знаете?

Задание 3. Работа с рисунком.

1. Существуют три типа сигналов оповещения об опасности. Нарисуй их. Подпиши названия.



2. Нарисуй план эвакуации твоей школы или этажа, на котором находится твой класс.



A large empty rectangular box for drawing the evacuation plan.

Задание 4. Закончите предложение.

1. К звуковым сигналам, предупреждающим об опасности, относятся звонки,

2. К световым сигналам, предупреждающим об опасности, относятся табло,

3. К речевым сигналам, предупреждающим об опасности, когда диктор сообщает необходимую информацию, относятся стационарные звуковые усилители,

Задание 5. Выберите правильное утверждение.

1. По задымленному помещению перемещаться необходимо ползком или низко пригнувшись, т.к. внизу меньше дыма.
2. Во время эвакуации из задымленного помещения дышать лучше через ткань, смоченную водой.
3. Во время пожара можно пользоваться лифтом.

4. Во время пожара нельзя пользоваться лифтом, т.к. при пожаре отключается электроэнергия.
5. Если закрытая дверь сильно нагрелась и из щелей идет дым, то откройте ее и устройте сквозняк.
6. Если закрытая дверь сильно нагрелась и из щелей идет дым, то не открывайте ее, поливайте водой и заделывайте мокрыми тряпками щели.

Ответ _____

Задание 6. Ситуационные задачи.

1. Миша возвращался из школы. Проходя мимо соседнего дома, он увидел, что из-под двери закрытого парадного подъезда валит дым. Что он должен сделать? _____
2. Лена собралась в гости на день рождения и решила погладить свою выходную одежду. С хорошим настроением она принялась за работу, но вдруг позвонил телефон... Разговаривая по телефону, Лена почувствовала запах дыма и гари. Гладильная доска уже тлела. Она схватила кувшин с водой и начала поливать горящую одежду, доску и утюг. Что она должна была сделать и почему? _____

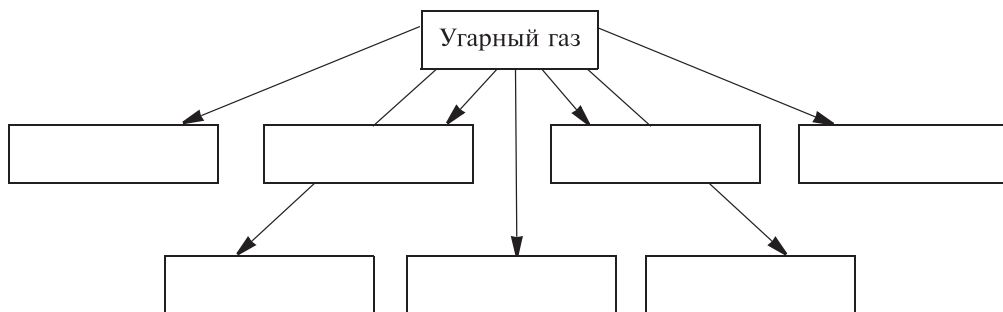
Опасные газы, с ними не шутят

Учебник, стр. 46—49.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Угарный газ — очень опасный ядовитый газ, образуется в т.ч. и при горении топлива; при пожарах люди часто гибнут не от огня, а от угарного газа. Ответь на вопросы, заполнив схему.

А. Где в повседневной жизни можно встретиться с опасным угарным газом?



Б. В результате чего выделяется угарный газ? _____

2. Какие ты знаешь признаки отравления угарным и бытовым газом?
Заполни схему.

Признаки отравления газом

- | | | |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 1. <input type="text"/> | 2. <input type="text"/> | 3. <input type="text"/> |
| 4. <input type="text"/> | 5. <input type="text"/> | 6. <input type="text"/> |

Задание 2. Выберите правильные ответы.

- Если человек почувствовал признаки отравления газом, что он должен сделать?
А. Выпить кофе
Б. Быстро уйти из опасного места
Г. Вызвать спасателей
Д. Выпить молока
- Что надо сделать спасателю, если человек уже отравился угарным или бытовым газом?
А. Дать горячее питье
Б. Промыть желудок
В. Быстро вывести на свежий воздух
Г. Дать таблетку анальгина
- Если ты почувствовал дома запах газа, то ты должен...
А. Быстро проветрить помещение
Б. Перекрыть газовую трубу
В. Вызвать аварийную газовую службу
Г. Покинуть опасное место
- Если бытовой газ сгорает не полностью, то цвет пламени:
А. Голубой
Б. Красный
В. Желтый

5. Угарный газ скапливается в закрытом помещении:

- А. Около пола
- Б. Поднимается вверх
- В. Вдоль стен

Ответ

1	2	3	4	5

Задание 3. Ситуационная задача.

Миша пришел домой и почувствовал запах газа. Он сразу же начал искать источник газа. Пошел на кухню и включил свет... Правильно ли все сделал Миша? _____

Задание 4. Вставьте пропущенные слова.

Причинами утечки бытового газа являются:

1. Неисправность газовых баллонов _____;
2. Неправильная установка оборудования _____;
3. Неполное _____ крана газовой плиты _____;
4. Задухание огня _____.

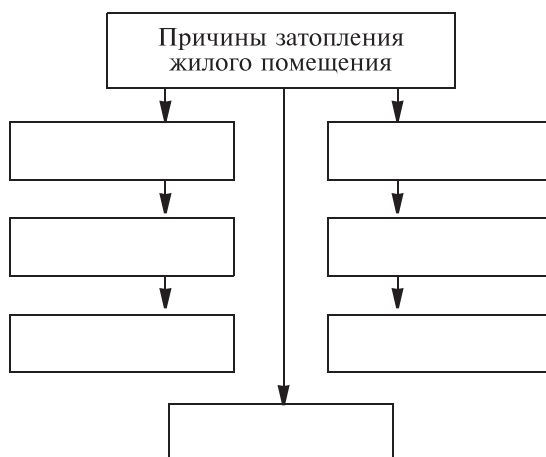
Слова-подсказки. Плита, закрытие, колонка, сквозняк, газовое, конфорка.

Затопление жилища

Учебник, стр. 50—52.

Задание 1. Ответьте на вопрос и заполните схему.

В результате чего может произойти затопление жилого помещения?



Задание 2. Восстановите правильную последовательность действий.

Восстанови правильную последовательность действий, если ты вдруг затопил соседей.

1. Сообщить соседям, проживающим ниже этажом, о случившемся _____
2. Спасать ценные вещи _____
3. Позвонить родителям _____
4. Перекрыть воду (закрыть кран) _____
5. Собирать воду _____

Задание 3. Творческое задание.

Напиши краткий рассказ (эссе) о том, почему необходимо беречь воду.

Разрушение здания

Учебник, стр. 52—54.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Какие природные явления могут привести к разрушению зданий?

2. Какие техногенные причины могут привести к разрушению здания?

Задание 2. Выберите правильные утверждения.

Что делать, если началось землетрясение?

1. При первых признаках землетрясения необходимо выйти из здания на улицу.
2. При первых признаках землетрясения постараться выйти из здания.
3. Выходя из дома, отключить свет и газ, если есть возможность.

4. Если толчки застали человека на верхних этажах здания, то необходимо встать в наиболее безопасном месте около внутренних капитальных стен.
5. Встать у окон, дверей, лестниц.
6. Ни в коем случае не вставайте около окон, дверей, лестниц, не оставайтесь в угловых комнатах.

Ответ _____

Задание 3. Творческое задание.

Используя дополнительные источники информации, выясни, в каких районах России возможны землетрясения. Перечисли их и нанеси на контурную карту.



Как защитить себя от опасных веществ в быту

Учебник, стр. 54—66.

Задание 1. Составьте правильное утверждение.

1. Если ты составишь правильное утверждение, используя слова-подсказки, то прочитаешь и повторишь 2 важных правила безопасности жизнедеятельности.

1. _____

2. _____

1. *Слова-подсказки.* Вещества, неизвестные, нюхать, руками, пробовать, на, язык, тебе, жидкости, трогать, пасты, нельзя, и, порошки, другие.

2. *Слова-подсказки.* Употреблять, если, продукты, следует, их, только, в, уверен, свежести.

2. Расставь правильно буквы и ты узнаешь пословицу, которая может быть правилом безопасности жизнедеятельности.

т	о	л	г	п	у	о	г	о	и	р	к	с	а	д	о	е	ы	д	б	л	б	и	к	з	о

Задание 2. Составьте схему.

Мы постоянно пользуемся различными химическими веществами, но всегда помним о правилах пользования ими. Многие вещества, используемые в быту, в определенных условиях опасны и очень опасны. Заполни схему «Разделение бытовых химикатов по степени опасности» и приведи примеры.

Бытовая химия

1.

2.

3.

4.

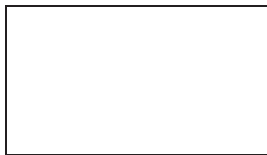
Задание 3. Работа с рисунком.

Нарисуй для этикетки пиктограмму (пиктограмма — изображение предмета, явления с помощью условных знаков, например, ☠ ☼), предупреждающую об опасности применения химических веществ.

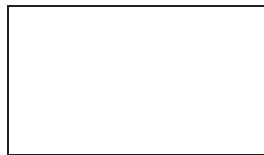
Беречь от попадания в глаза

Не использовать около огня

Ядовито!



Осторожно, мухи!



Не употреблять
в пищу



Беречь от детей



Задание 4. Вставьте пропущенные слова.

Вставь пропущенные слова, используя слова-подсказки, и ты повторишь правила, которые помогут сделать твою жизнь более безопасной.

1. Покупая краски, интересуйтесь их _____. Не используйте краски, содержащие _____.
2. Опасны краски, содержащие органические _____.
3. Безопасны _____ краски.
4. Не пользуйтесь в большом количестве бытовой химией, содержащей хлор, аммиак, ацетон и др.
5. Прежде чем купить химические средства, прочитайте внимательно _____ о правилах пользования.
6. Чаще _____ жилое помещение.

Слова-подсказки. Составом, свинец, растворители, проветривать, инструкция, акварельные.

Задание 5. Ответьте на вопросы.

1. Что такое пестициды? _____
2. Для чего применяют пестициды? _____

3. Опасны ли пестициды для человека? _____
4. Как пестициды могут попасть в организм человека? _____

5. Как помочь человеку, если он отравился пестицидами? _____
6. Почему рекомендуется счищать кожу у яблок, огурцов и других фруктов и овощей? _____

Задание 6. Ситуационная задача.

К сожалению, Миша простудился. Врач рекомендовал принимать лекарства, если будет повышение температуры во второй половине дня. Миша измерил температуру и обрадовался, она была нормальная. Радостный побежал играть. Ртутный термометр он положил на край стола, а котенок в это время решил прогуляться... Раздался шум... и Миша увидел разбитый термометр и маленькие капельки ртути вокруг него.

Что он должен сделать?

Задание 7. Задача.

Проведи небольшое исследование и напиши краткий рассказ на тему «Как люди сохраняли продукты, когда не было холодильников».

Опасные ситуации на дорогах и тротуарах

Учебник, стр. 66—76.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Что такое правила дорожного движения? _____
2. Почему от знания человека правил дорожного движения зависит его жизнь? _____
3. Какие правила дорожного движения ты знаешь? Напиши 3 правила дорожного движения? _____

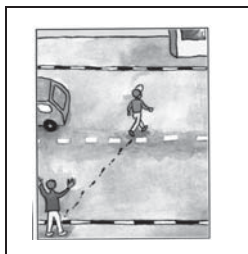
4. Кто такой пешеход? _____

5. Большая часть несчастных случаев с пешеходом происходит там, где пересекаются транспортные и пешеходные пути. Перечисли эти опасные участки. _____

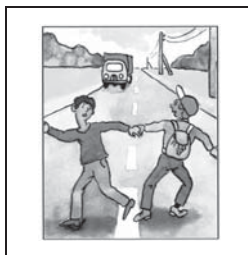
6. Какие ты знаешь виды общественного транспорта? _____

Задание 2. Работа с рисунком.

1. Посмотри на рисунки и напиши, какие правила нарушают пешеходы.







This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

2. В зависимости от ситуации правильно раскрась сигнал светофора.

1. Внимание! Можно переходить улицу.
2. Внимание! Нельзя переходить улицу.
3. Внимание! Сейчас можно будет перейти улицу.
4. Внимание! Машина может ехать.
5. Внимание! Машина должна тормозить и остановиться около перехода.
6. Внимание! Сейчас нельзя будет переходить улицу.

Задание 3. Закончите предложение.

Давай еще раз повторим правила дорожного движения и правила поведения пешеходов.

1. Пересекать проезжую часть можно по _____
2. Нельзя переходить улицу на переходе, если сигнал светофора _____, если сигнал светофора _____
3. Если есть тротуар, то нельзя идти по _____ части.
4. Не останавливайся в непосредственной близости от проходящего _____, потому что выступающие детали _____ могут зацепиться за одежду и столкнуть пешехода на проезжую часть.
5. После выхода из общественного транспорта переходить улицу надо только _____, а если нет специального перехода, то переходить дорогу после отъезда транспорта, когда проезжая часть будет хорошо просматриваться.

Слова-подсказки: пешеходный переход, подземный и надземный пешеходные переходы, красный, желтый, проезжая часть, проезжающий транспорт.

Задание 4. Составьте правильное утверждение, используя слова-подсказки.

1. Помни! Зона остановки общественного транспорта — опасное место.

Слова-подсказки: Стоящий, обзор, транспорт, проезжей части, на остановке, сокращает.

2. У всех видов транспорта есть одно общее свойство, о котором надо обязательно помнить. Убери лишние буквы, и ты прочитаешь это свойство.

С	И	Т	О	Л	Р	М	О	З	О	Н	О	Й		П	М	У	Л	Т	Ь	О

Задание 5. Выберите правильный ответ.

1. Посадка в общественный транспорт возможна:
 - А. При его полной остановке
 - Б. При его медленном движении
2. На линиях трамвая и троллейбуса возможна опасная ситуация при определенных погодных условиях:
 - А. Во время сильной жары
 - Б. При ливневом дожде

Ответ

Вопрос	1	2
Ответ		

Задание 6. Найдите соответствие.

Восстанови правильность действий. В случае возникновения возгорания в транспортном средстве в первую очередь необходимо:

1. Закрыть окна. _____
2. Сообщить о появлении дыма водителю или машинисту. _____
3. Оповестить пассажиров. _____
4. Дышать через ткань, лучше влажную. _____
5. Организованно выходить из транспорта. _____
6. Потушить очаг возгорания с помощью огнетушителя. _____

В метро или электричке может произойти любая неприятность
Учебник, стр. 76—79.

Задание 1. Найдите соответствие

Подбери правильное определение между объектом метрополитена и его определением.

1. Турникет
2. Эскалатор
3. Туннель

А. Подземное сооружение для автомобильных, железнодорожных, пешеходных путей.

Б. Устройство, устанавливаемое в проходах для входа и выхода пассажиров, идущих по одному человеку.

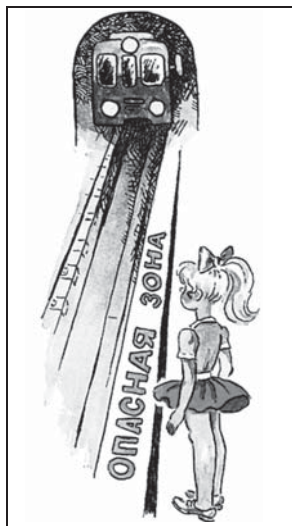
В. Наклонный конвейер в виде лестницы с непрерывно движущимися ступенями для перемещения людей.

Ответ

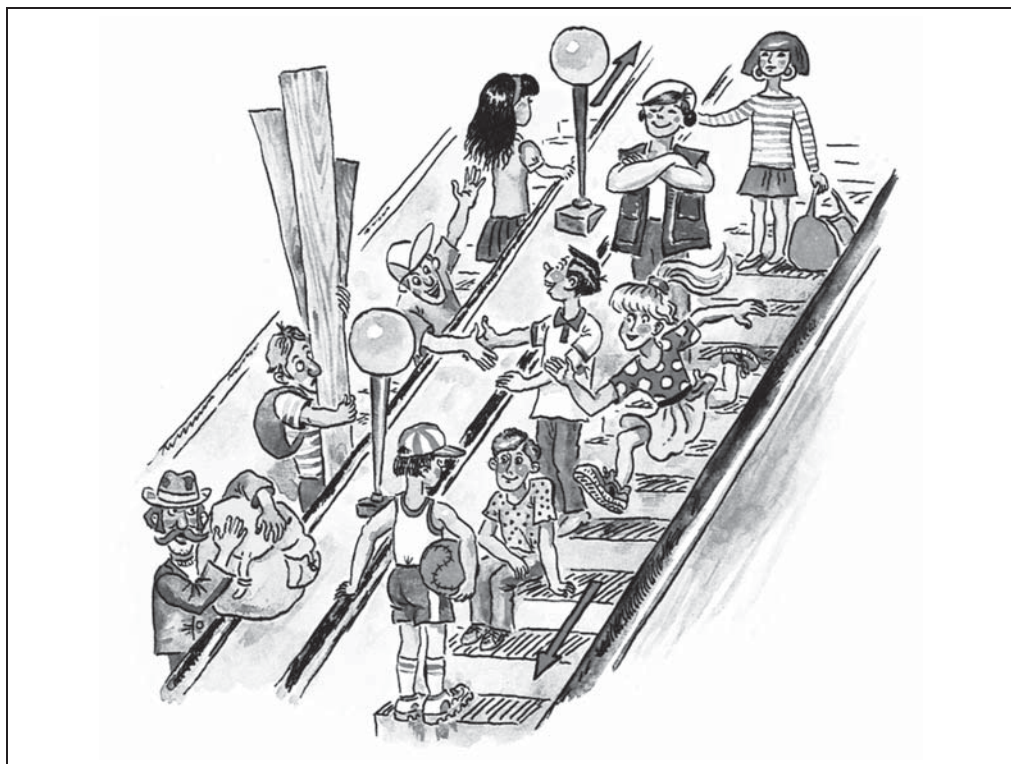
1	2	3

Задание 2. Работа с рисунком.

1. Посмотри на рисунок и объясни, почему вдоль платформы написано предупреждение «Опасная зона».



2. Посмотри на рисунок и составь правила поведения на эскалаторе.



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

3. В любых поездах нельзя, например, мусорить, курить и т.д.

Сформулируй 4 правила поведения в вагоне поезда (в электричке, метро, поезде дальнего следования) и нарисуй предупреждающий знак.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____



Задание 3. Ответьте на вопросы.

Что делать в каждой ситуации?

1. В метро ты уронил на рельсы важный для тебя предмет...

2. Кто-то провалился между вагонами стоящего поезда...

3. Что-то упало на путь железной дороги

4. Поезд остановился в туннеле, и машинист сообщил об эвакуации...

Другие опасности на улицах города

Учебник стр. 79—84.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

В городской жизни толпа — это опасное явление.

Что такое толпа? _____

В каких ситуациях может возникнуть толпа на улицах города? Приведи 2—3 примера. _____

Чем опасна толпа? _____

Что такое паника? _____

Чем опасна паника? _____

Что такое гололед? _____

Задание 2. Закончите предложения.

1. Как себя вести в толпе?

Стараться не _____

Не идти _____

Находясь в толпе, следует _____

Не цепляться ни за что руками, потому что _____

Если что-то уронил в толпе, то не _____

Находясь в толпе, главное не _____

2. Как можно обезопасить себя на улице, если на дорогах гололед?

Обувь должна быть _____

Стараться при ходьбе _____

Не торопиться во время _____

Научиться правильно _____

Мы едем в далекие края, кто мои соседи, где мои друзья?

Учебник, стр. 84—88.

Задание 1. Закончите предложение.

1. Закончив предложения, ты повторишь правила поведения и причины опасных ситуаций на железной дороге.

2. Если собираетесь в путешествие, то, выходя из дома, проверьте, закрыли ли вы _____

3. Взяли ли вы документы и _____

4. К поезду или автобусу дальнего следования необходимо приезжать с запасом _____

5. Если в вагоне поезда возникли какие-либо сложности, то следует обратиться _____

6. На железной дороге опасную ситуацию может создать:

А. Собственное легкомыслие _____

Б. Действия преступников и _____

В. Нарушение правил работы и ошибки, сделанные _____

Г. Нельзя ходить и играть на _____

Д. Переходить железнодорожное полотно можно только в том случае, _____

Е. Ожидая поезд, можно стоять от края платформы на _____

Ж. На другой путь можно переходить только _____

Как уберечься от опасностей на воде и водном транспорте

Учебник, стр. 88—94.

Задание 1. Составьте правильное утверждение.

Выбери правильно буквы, и ты повторишь одну из главных причин несчастных случаев на воде и водном транспорте.

П	Р	Е	Г	Н	Е	Р	Б	Р	Е	О	Ж	Е	К	Н	И	Т	Е		П	Р	Л	А	М	В	И	Л	А	Р	М	И
С	П	О	В	Е	В	Н	Д	Е	Ж	Р	Н	И	Я		С	Н	А		Д	В	О	Т	Д	И	Е					

Задание 2. Закончите предложения.

Дописав предложения, ты повторишь советы спасателя.

Необходимо уметь отдыхать на воде и _____

В незнакомом месте купаться одному _____

Не рекомендуется нырять и прыгать в _____

Нельзя близко подплывать _____

Нельзя заплывать _____

Задание 3. Ответьте на вопрос.

Почему нельзя просто так кричать «Тону!» _____

Опасности на льду

Учебник, стр. 65—98.

Задание 1. Найдите соответствие.

Составив правильно утверждения, ты повторишь советы, как вести себя на льду замерзшего водоема.

1. Ты переходишь замерзший водоем, и вдруг лед под ногами начал трещать...
2. Если необходимо перейти замерзший водоем, то...

3. Нельзя ходить по льду...
 4. Если надо обязательно перейти замерзший водоем в одиночку, то...
 5. Если необходимо перейти группе людей по замерзшему водоему, то...
 6. Нельзя проверять лед, прыгая и топая ногами.
 7. Если пересекаете замерзший водоем на лыжах, то...
 8. Запрещается...
 - А. Во время оттепели, в одиночку, в темноте, с большим грузом.
 - Б. Необходимо быстро вернуться назад скользящим шагом или ползком.
 - В. Толщина льда должна быть не менее 7—9 см и каждый человек должен идти с интервалом 5—6 м.
 - Г. Толщина льда должна быть не менее 5 см.
 - Д. Необходимо заранее расстегнуть крепления лыж и высвободить кисти рук из петель.
 - Е. Кататься на льдинах.
 - Ж. Необходимо взять палку.
 3. Особенно около берега, где движение воды истончает лед.
- Отвечая на вопрос, расставь соответственно буквы.
- Ответ

1	2	3	4	5	6	7	8

Задание 2. Закончите предложение.



Если при пересечении замерзшего водоема лед затрещал и начал ломаться, то необходимо

Попав в полынью, надо

Если промокла одежда, а до жилья далеко, то необходимо

Задание 3. Ответьте на вопросы.

Почему к провалившемуся в полынью необходимо подползать на животе?

Оказывая помощь попавшему в полынью, спасатели страхуют друг друга.

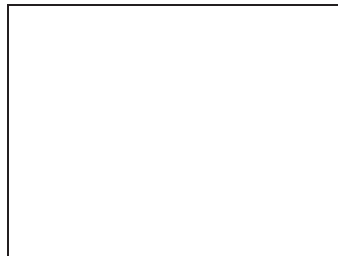
Почему?

Почему помощь пострадавшему должна быть оказана как можно быстрее?

Какие первые действия спасателя при оказании помощи пострадавшему, попавшему в полынью?

Задание 4. Работа с рисунком.

Нарисуй знак, предупреждающий о том, что лед тонкий и опасно пересекать замерзший водоем.



Задание 5. Придумайте продолжение рассказа.

Задание 5 на стр. 98 в учебнике.

Аварийные ситуации на воздушном транспорте

Учебник, стр. 98—102.

Задание 1. Составьте правильное утверждение.

В повседневной жизни люди постоянно пользуются авиационным транспортом. Этот вид транспорта требует особых правил эксплуатации. Любой пассажир должен знать и соблюдать правила поведения на борту самолета или вертолета. Вспомните правила безопасности и запишите их.

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

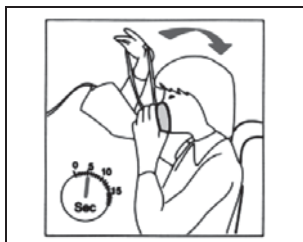
Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Почему на любом виде транспорта необходимо соблюдать правила безопасности?

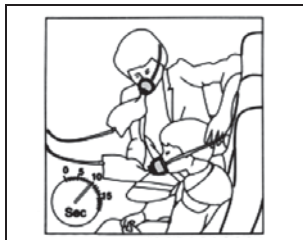
2. Как себя вести во время взгорания на самолете? Составьте инструкцию.

Задание 3. Работа с рисунком.

- I. Посмотри на рисунок и объясни каждое действие. Кратко опиши действие, пояснив его значимость.

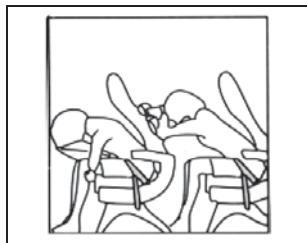


1. _____



2. _____

3. _____



В каких случаях необходимо надеть кислородную маску?

II. Посмотрите на рисунок на стр. 101 учебника, и ответьте на вопрос №1. Почему?

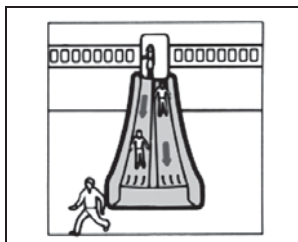
III. Что изображено на рисунках-инструкциях и что необходимо делать в каждой ситуации?

1. _____



2. _____





3. _____

Вспомните, чего необходимо опасаться во время любой аварии и на самолете в частности? _____

Как уберечь себя от преступлений

Учебник, стр. 102—105.

Задание 1. Составьте верное утверждение.

Расставь правильно буквы и ты прочитаешь народную поговорку, предостерегающую от злоумышленников.

Е	Н		М	Т	А		Р	О	В		В	Р	О	У	Т	Е	,	Е	Д	Г

М	О	О	Н	Г	,	А		А	М	Т	,	Д	Г	Е		П	Л	О	О	Ш	Н

Используя материал учебника на стр. 168—170, напишите 2—3 пословицы или поговорки, предостерегающие от злоумышленников.

Задание 2. Закончите утверждение.

Допиши предложение, и ты повторишь еще одно правило ОБЖ.

В большинстве случаев преступление можно предотвратить или выйти из опасной ситуации с минимальным ущербом, если _____

Задание 3. Ответьте на вопрос.

Прочитай фрагмент сказки про Жихарку и ответь на вопрос: какой полезный совет даст эта сказка?

«Жили-были в избушке кот, петух да маленький мальчишечка — Жихарка. Кот с петухом на охоту ходили, а Жихарка домовничал: обед варил, стол накрывал, ложки раскладывал...

Кот да петух, как уходили на охоту, всегда велели Жихарке двери запира-ть. Запирал Жихарка двери, все запирал, а один раз и забыл. Справил Жи-харка все дела, обед сварил, стол накрыл, стал ложки раскладывать, да и говорит:

— Эта простая ложка — котова, эта простая ложка — Петина, а эта не простая — точёная, ручка золочёная, — это Жихаркина. Никому её не отдам.

Только хотел её на стол положить, а по лестнице — топ-топ-топ.

— Матушки! Лиса идёт!

Испугался Жихарка, с лавки соскочил, ложку на пол уронил — и подни-мать некогда, да под печку и залез. А лиса в избушку вошла, глядь туда, глядь сюда — нет Жихарки. «Постой же, — думает лиса, — ты мне сам скажешь, где сидишь».

Пошла лиса к столу, стала ложки перебирать:

— Эта ложка простая — Петина, эта ложка простая — котова, а эта ложка не простая — точёная, ручка золочёная, — эту я себе возьму.

А Жихарка-то под печкой во весь голос:

— Ай, ай, ай, не бери, тётенька, я не дам!

— Вот ты где, Жихарка!

Подбежала лиса к печке, лапку в подпечье запустила, Жихарку вытащила, на спину перекинула — да в лес...» (Уральская сказка.)

Как защитить свой дом

Учебник. Стр. 105—112.

Задание 1. Выберите правильный ответ.

Ты остался один дома, как ты поступишь?

1. Должна ли входная дверь быть закрытой на все замки?

А. Да Б. Нет

2. Позвонили в дверь, но в глазок никого не видно. Открывать дверь?

А. Да Б. Нет

3. Позвонили в дверь и предлагают купить какой-то товар. Открывать дверь?

А. Да Б. Нет

4. Позвонили в дверь и просят попить воды. Открывать дверь?

А. Да Б. Нет

5. Позвонили в дверь и хотят проверить работу газовой плиты. Открывать дверь?

А. Да Б. Нет

6. Позвонили в дверь и сказали, что принесли телеграмму. Открывать дверь?

А. Да Б. Нет

7. Если выходишь ненадолго, например к соседям, надо ли закрывать дверь?

А. Да Б. Нет

Ответ

1	2	3	4	5	6	7

Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Почему доверчивые или невнимательные люди часто становятся жертвой мошенников?

2. В какие службы необходимо обращаться в экстренных случаях? Напиши соответствующие телефоны.

Задание 3. Ситуационные задачи.

1. Ты вернулся из школы домой, а входная дверь открыта. Что ты будешь делать?

2. Прочитай ситуационную задачу «Эта странная Катя» на стр. 112 в учебнике и ответь на вопросы **а, б, в**.

- а) _____
- б) _____
- в) _____

Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах

Учебник, стр. 112—125.

Задание 1. Закончите предложение.

Дописав предложения, ты повторишь некоторые полезные правила.

1. Незнакомый человек — это тот, _____
2. На улице не разговаривай с _____
3. Ничего не бери у _____
4. Никогда не садись в _____

Задание 2. Работа с рисунком.

1. Внимательно посмотри на рисунки и письменно ответь на вопрос — что ты будешь делать в каждой ситуации?







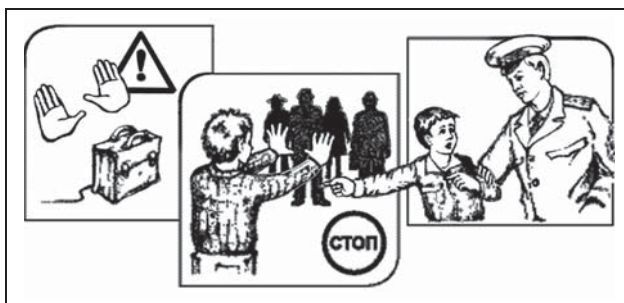


С какими еще опасными ситуациями можно встретиться на улице? Приведи 2 примера. _____

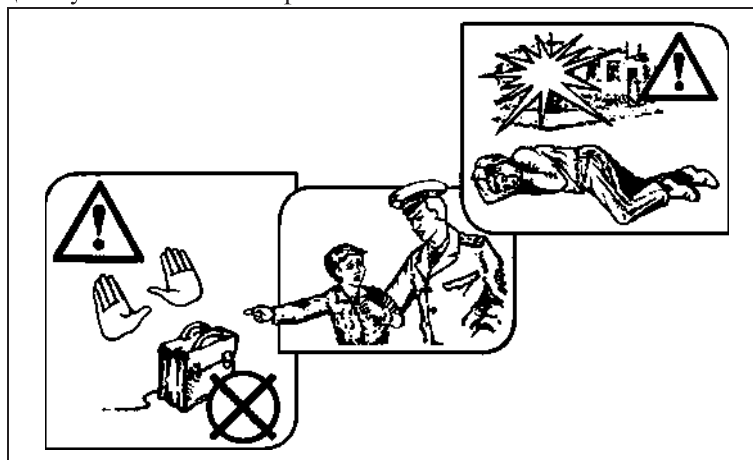
2. К сожалению, нам приходится сталкиваться с таким явлением, как терроризм. Преступники используют страх для достижения своих целей. Мы должны быть очень внимательны и соблюдать некоторые правила, особенно в городах, где много людей.

Посмотри на рисунки и подпиши свои действия.

А. Ты обнаружил подозрительный предмет.



Б. Существует опасность взрыва.



Задание 3.

Составь правила поведения на улице.

а) Если ты возвращаешься из школы, то

1.

2.

3.

4.

б) Если ты один отправился на прогулку, то

1.

2.

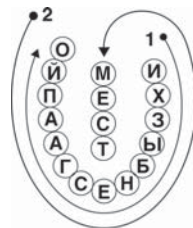
3.

4.

Задание 4.

Выполни задание *7 на стр. 124 в учебнике.

Напиши ответ.



Нарушения экологического равновесия

Учебник, стр. 125—134.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Что изучает наука экология?

2. Что такое окружающая среда?

3. Какие ты знаешь экологические проблемы окружающей среды? Приведи 3—4 примера.

4. Какие явления и объекты ухудшают экологическое состояние населенных пунктов?

5. Что такое смог? Есть ли он в вашем населенном пункте?

6. Почему мы должны беречь окружающие нас растения?

7. Как ты можешь помочь окружающей тебя природе?

Задание 2. Работа с рисунком.

1. Посмотри на рисунки и скажи, какие ситуации могут принести вред окружающей среде.



Ответ _____

2. Поясни свой ответ. Выбери одну из ситуаций и объясни, какой вред природе она может принести.

3. Задание *5 на стр. 134 в учебнике. Напиши ответ, каким деревьям принадлежат изображенные листья.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Вода — основа жизни!

Учебник, стр. 134—139.

Задание 1. Выбери правильный ответ.

1. Могут ли живые организмы — растения, грибы, животные, человек — жить без воды?
А. Да Б. Нет
 2. Является ли пресная вода полезным для человека природным ресурсом?
А. Да Б. Нет
 3. Вся существующая вода на Земле — пресная.
А. Да Б. Нет
 4. Естественными водными резервуарами воды являются океаны, моря, озера, реки.
А. Да Б. Нет
 5. Может ли исчезнуть пресная вода на Земле?
А. Да Б. Нет
 6. Можно ли купаться в водоемах, находящихся на территории города?
А. Да Б. Нет
 7. Можно ли пить воду из незнакомых водоемов?
А. Да Б. Нет
 8. Воды озер, рек и подземные воды могут загрязняться отходами предприятий, транспорта.
А. Да Б. Нет
- Ответ

1	2	3	4	5	6	7	8

Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Что такое вода?

2. Могут ли животные и растения жить без воды?

3. Способна ли вода к самоочищению?

4. Что необходимо, чтобы вода стала вновь чистой?

5. В результате чего происходит загрязнение воды?

6. Как ты понимаешь высказывание Леонардо да Винчи? Воде была дана волшебная власть стать соком жизни на Земле.

7. Что является источником питьевой воды в районе, где ты живешь?

Задание 3. Задача.

Определи, сколько воды потребляет твоя семья?

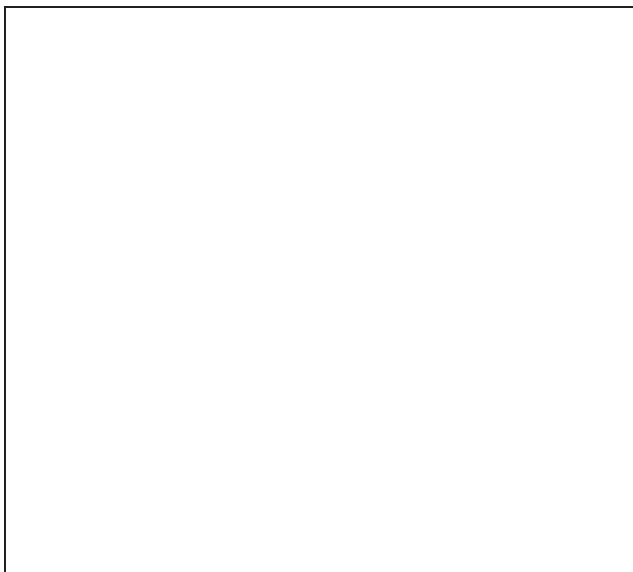
Задание 1 на стр. 138 в учебнике.

Использование воды	Расход воды в сутки, в литрах
Умывание и мытье рук	
Душ	
Приготовление пищи	
Стирка	
Всего	

[illegible]

Задание 4. Работа с рисунком.

Нарисуй плакат в защиту пресной воды на Земле.



Загрязнение почв

Учебник, стр. 139—140.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Что такое почва?

2. Могут ли животные и растения жить без почвы? Приведите 2 примера.

3. Является ли почва богатством Земли?

4. В результате чего происходит загрязнение почв?

Задание 2. Работа с рисунком.

Нарисуй или подбери картинки и подпиши название.

Приведи 4 примера живых организмов, жизнь которых непосредственно связана с почвой.



Задание 3. Творческое задание.

Напиши маленький рассказ. Что ты знаешь о почве?

Продукты под контролем

Учебник, стр. 141—144.

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Прочитай советы на стр. 143 учебника и ответь на вопросы. Ответы помогут тебе сберечь свое здоровье.

А. Каким правилам вы придерживаетесь дома?

Б. Что ты узнал нового?

2. Почему опасно собирать ягоды и грибы около автомагистралей и промышленных объектов?

3. Почему перед едой необходимо мыть овощи и фрукты?

От чего еще горожанину может стать не по себе. Шум

Учебник, стр. 144—148

Задание 1. Найдите соответствие.

Подбери к новым понятиям их определения.

- А. Шумовое загрязнение
- Б. Шумовая болезнь
- В. Вибрационная болезнь
- Г. Инфразвуки

1. Колебательное движение, дрожание какого-нибудь тела. Источники линии метрополитена, железнодорожные пути.

2. Звуки, которые мы не слышим, но на живые организмы они воздействуют. Проходят через стены зданий. Один из источников — автотранспорт.

3. При этой болезни происходит нарушение сна, нарушается деятельность сердца и т.д. Становятся неслышными тихие звуки.

4. Постоянный шумовой фон, образуемый наземным транспортом, работающими механизмами, громкой музыкой и т.д. Привыкнув к нему, человек может не замечать этого шума.

Ответ

А	Б	В	Г

Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Что такое шумовое загрязнение?

2. Какие явления вызывают шум в повседневной жизни?

3. Можешь ли ты сосредоточиться, например выполнять задания по математике или учить стихотворение, когда шумно вокруг?

4. Какие ты знаешь профессии, связанные с повышенным уровнем шума?

Задание 3. Закончите предложение.

Закончив предложения, ты повторишь полезные советы о том, как защитить себя от шума.

1. Не включай громко радио, _____

2. Избегай слишком _____

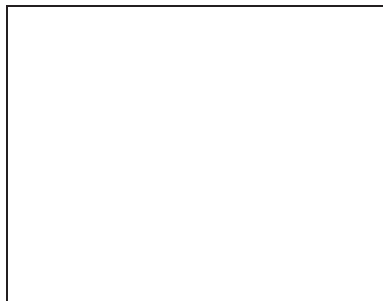
3. Не злоупотребляй прослушиванием громкой музыки через _____

4. Не шуми поздно вечером, потому что ты _____

5. Отдыхай и делай уроки _____

Задание 4. Работа с рисунком.

Нарисуй знак, предупреждающий «Осторожно, шум!».



Задание 5. Составь правильное утверждение.

Расставь правильно буквы, и ты повторишь еще одно главное правило ОБЖ.

Н	Й	З	А		И	Т	С	О	Ч	Н	И	И	К		О	А	П	Н	С	О	И	С	Т		И

П	О		О	В	З	О	М	Ж	О	Н	С	И	Т		И	Х		З	И	Е	Г	Б	Й	А	!

Небезопасный компьютер (телевизор)

Учебник, стр. 148—150.

Задание 1. Заполните схему.

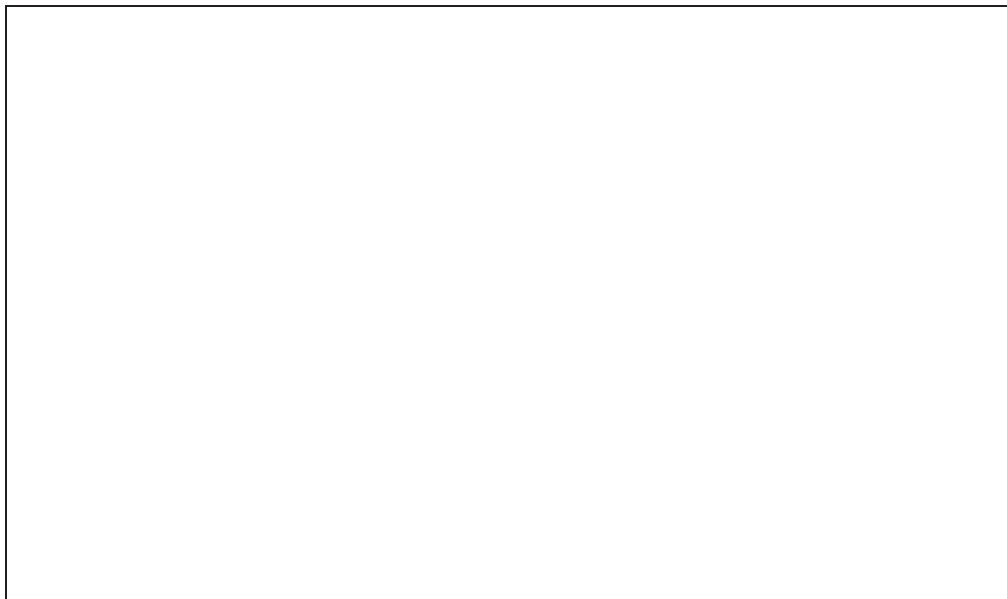
Заполнив схему, ты повторишь некоторые полезные советы.

ОБУСТРОЙСТВО РАБОЧЕГО МЕСТА

Расположение монитора	Рабочее кресло	Расположение клавиатуры
1. Плоскость экрана	1. Высота кресла	
2. Середина экрана	2. Спинка кресла	

Задание 2. Работа с рисунком.

Нарисуй схему рабочего места ПК и укажи необходимые расстояния.



Задание 3. Составьте правильное утверждение.

Расставь правильно буквы, и ты узнаешь еще один полезный совет.

О	К	М	П	Ю	Ь	Е	Т	Р		О	П	Е	Л	Е	З	Е	Н	,	Н	О		И	М		А	Н	О	Д

М	У	Т	Е	Ь		О	П	Ь	Л	О	З	А	В	Ь	Т	Я	С

**Что следует знать об оказании
первой медицинской помощи (ПМП)**

Учебник, стр. 150—164.

Задание 1. Составьте правильное утверждение.

Напиши определение, используя слова-подсказки.

Первая медицинская помощь — это

Слова-подсказки. Неотложные меры, или самим пострадавшим, принимаемые окружающими, человека, для спасения, и облегчения его, страданий до, медицинской помощи, оказания.

Задание 2. Расставь правильную последовательность.

1. Остаться с пострадавшим до приезда врача. (...)
2. Узнать, что произошло. (...)
3. Вызвать «скорую помощь». (...)
4. Начать принимать меры первой помощи. (...)
5. Оградить пострадавшего от дальнейшей опасности, думая о своей безопасности. (...)

Задание 3. Выберите правильный ответ.

1. Любое повреждение кожи считается раной.
А. Да Б. Нет
 2. Через рану в организм могут попасть болезнетворные микробы.
А. Да Б. Нет
 3. Кровотечение из раны очень опасно.
А. Да Б. Нет
 4. На ранимых предметах содержится множество различных микроорганизмов, в том числе и опасных для человека.
А. Да Б. Нет
 5. Обработка раны грязными руками и использования нестерильного бинта, может привести к усилению воспаления раны.
А. Да Б. Нет
- Ответ

1	2	3	4	5

Задание 4. Ответьте на вопросы.

1. Что такое первая доврачебная медицинская помощь?

2. Что нужно сделать в первую очередь при оказании первой доврачебной помощи?

3. Почему необходимо вызвать Скорую помощь или доставить пострадавшего в медицинский пункт?

4. Почему пострадавшего необходимо оградить от дальнейшей опасности и думать о своей безопасности при оказании помощи?

5. По какому номеру телефона необходимо звонить в случае необходимости оказания медицинской помощи пострадавшему?

6. Почему нельзя оставлять без внимания любую рану? Ответ обоснуйте.

Задание 5. Найдите соответствие.

Подбери: а) правильное определение для каждого типа кровеносных сосудов (1, 2, 3); б) правильное оказание помощи в случае ранения (а, б, в).

А. Капилляры

Б. Вена

В. Артерия

1. Кровеносные сосуды, в которых самое высокое давление крови, а кровь ярко-красная.

2. В этих сосудах кровь темно-вишневого цвета.

3. Самые мелкие кровеносные сосуды.

а. Немедленно прижать сосуд пальцем или кулаком выше места ранения, пока не будет наложена давящая повязка или жгут.

б. Обработать рану перекисью водорода или йодом. Если рана большая, то ее нельзя обрабатывать йодом, т.к. может быть химический ожог (в этом случае йодом обрабатывают поверхность вокруг раны, а рану промывают специальными антисептическими растворами).

в. Накладывается тугая давящая повязка — толстый слой марли, или скрученный бинт, или комок ваты.

Ответ

А	Б	В

Задание 6. Закончите предложения.

Дописав предложения, ты повторишь очень важные правила обработки ран и остановки сильного кровотечения с помощью жгута.

1. При обработке ран **нельзя**:

1. Раны нельзя промывать _____
2. Допускать попаданию в раны антисептиков, вызывающих _____
3. Самостоятельно удалять из глубоких ран _____
4. Прикладывать на рану порошки, _____
5. Отдирать пропитавшуюся кровью _____

2. Последовательность действий при наложении жгута в случае артериального кровотечения.

1. Прижать пальцем или кулаком и, например, травмированной руке придать возвышенное _____
2. Жгут следует наложить на _____, чтобы не травмировать кожный _____
3. Жгут накладывают _____ и как можно ближе к ней.
4. Жгут растягивают и опоясывают руку _____. Наиболее тугим должен быть первый виток.
5. Свободные концы жгута _____
6. Жгут можно накладывать не более чем на _____ часа.
7. К жгуту необходимо прикрепить _____

8. Что необходимо сделать для пострадавшего после наложения жгута?

3. Рекомендации, как остановить носовое кровотечение.

1. При носовом кровотечении следует сесть и слегка _____
2. Кровотечение должно скоро _____
3. Не следует запрокидывать _____
4. При носовом кровотечении помогает холодный компресс, который кладется на _____
5. Если кровотечение не прекратится через 15—20 минут, то надо срочно _____

В каком случае необходимо обратиться за профессиональной медицинской помощью при носовом кровотечении? _____

Задание 7. Дайте правильное определение.

Что такое термический ожог? При ответе используйте слова-подсказки.

Термический ожог — это _____

Слова-подсказки. Вызванное воздействием, повреждение тканей кожи, температуры, высокой, пара, огня, раскаленного металла.

Задание 8. Найдите соответствие.

Травма при ожоге оценивается по степеням. Найди соответствие между степенью ожога и характером повреждений тканей тела.

СТЕПЕНЬ ОЖОГА	ХАРАКТЕР ПОВРЕЖДЕНИЙ ТКАНЕЙ ТЕЛА
А. 1-я степень	1. Образуются волдыри — пузыри с жидкостью
Б. 2-я степень	2. Покраснение кожи и незначительная боль
В. 3-я степень	3. Кровоточащая рана
Г. 4-я степень	4. Обугливание тканей тела

Задание 9. Вставьте пропущенные слова.

Если ты правильно вставишь слова, то повторишь правила о том, что нельзя делать при ожогах.

Нельзя при ожогах:

1. Вскрывать _____, которые возникают на коже в результате ожога.
2. _____ одежду или куски ткани от _____
3. Открытую рану после ожога обрабатывать _____, т.е. антисептиками, содержащими спирт или другие жгучие вещества.
4. Накладывать на место _____ бактерицидный лейкопластырь, т.к. снимая его можно усилить травму.

Задание 10. Работа с рисунком.

Какую медицинскую помощь необходимо оказать пострадавшим в каждом конкретном случае? Задание 1 на стр. 162 учебника.

1. _____



2. _____



3. _____



4.



5.



Учебное издание

Драновская Раиса Григорьевна

**Рабочая тетрадь
по основам безопасности
жизнедеятельности**

5 класс

к учебнику М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова и др.
«Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс»
под редакцией Ю.Л. Воробьёва

Редакция «Образовательные проекты»

Ответственный редактор *М.В. Косолапова*

Художественный редактор *Т.Н. Войткевич*

Технический редактор *А.Л. Шелудченко*

Корректор *И.Н. Мокина*

Обложка — дизайн-группа «Дикобраз»

Оригинал-макет подготовлен ООО «Бета-Фрейм»

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953005 — литература учебная

ООО «Издательство Астрель»

129085, г. Москва, пр. Ольминского, д. 3а

Издаётся при техническом участии
ООО «Издательство АСТ»

По вопросам приобретения книг обращаться по адресу:

129085, Москва, Звёздный бульвар, дом 21, 7 этаж

Отдел реализации учебной литературы

ООО «Издательство Астрель»

Справки по телефонам: (495) 615-53-10, (495) 775-74-45 доб. 1-17-04

Рабочая тетрадь является необходимым дополнением к школьному учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс» под редакцией Ю.Л. Воробьёва, рекомендованному Министерством образования и науки Российской Федерации и включенному в Федеральный перечень учебников.

В учебно–методический комплект, помимо учебника и тетради, входит пособие для учителя «Тематическое и поурочное планирование к учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс».

Рабочая тетрадь включает различные типы заданий и построена в соответствии с логикой изложения материала в учебнике. Основная группа заданий предназначена для первичного закрепления знаний, тематического контроля и самостоятельной работы с учебником. Для развития поисковой деятельности предлагаются творческие задания, работы с рисунками и ситуационные задачи.

Данное пособие поможет эффективно организовать познавательную работу школьников и облегчить им процесс усвоения содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Рабочая тетрадь предназначена для работы на уроках и дома.

ISBN 978-5-271-23855-0



9 785271 238550