



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Русско-Янгутская средняя общеобразовательная школа имени А.А. Козьмина"

РАССМОТРЕНО
На ШМО учителей физической
культуры, технологии, ОБЖ и
коррекционных классов

 Русанова Г.А.

Протокол № 1
от "29" августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР

 Наумова Т.В.

Протокол № 1
от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Русско-Янгутск
СОШ»

 Холодкова Л.Г.
Приказ № 51/17
от "31" августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)
ВАРИАНТ 1
(ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ)
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Русские Янгуты, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». В то же время предмет ОБЖ через собственную систему образовательных задач реализует подготовку обучающихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде—природной, техногенной и социальной.

Каждую минуту каждый из нас может оказаться в неожиданной ситуации. Бывает, что даже известные вещи, предметы, ситуации могут стать опасными. Чтобы обезопасить себя, выжить, необходимо знать элементарные правила (правила поведения в обществе, дорожные правила, противопожарные, правила поведения на воде, правила общения с окружающей средой, животными).

С развитием социальной и экономической обстановки в мире с каждым годом все больше и больше прибавляется экстремальных и чрезвычайных ситуаций, требующих от нас, немедленных, но верных решений. Это и участвовавшие взрывы наводнения, выбросы нефтегазовой промышленности, разнообразие новых видов мошенничества и конечно, угроза терроризма.

Считая, что современный ребенок, развивающийся в веке компьютеризации, информатизированности, для своей безопасной жизнедеятельности обязан знать все необходимые правила, быть самостоятельным, ответственным. Задача взрослых – родителей и педагогов подготовить к встрече с различными ситуациями, вооружить необходимыми знаниями как можно раньше.

Но что делать, если ребенок с нарушением интеллекта? И для него очень трудно дается и обучение, и воспитание, и развитие, и тем более социализация. Нарушены не только различные важные виды деятельности, понимание окружающей действительности, и даже самоощущение себя, - нарушена детская жизнь.

Нередко, ребенок с нарушением интеллекта не может сам себя обслужить, одеться, причесаться, понять какое действие нужно выполнить в данный момент. Такой маленький гражданин подвержен ещё большей опасностью со стороны окружающей среды и социума.

На уроках ОБЖ необходимо уделять внимание на понимание и распознавание опасных ситуаций. Для учащегося специального учреждения необходимо постоянно напоминать, терпеливо разъяснять, добиваться автоматизации применений и осознанности в понимании даже самых элементарных правил поведения и знаний. В этом направлении ведется многолетняя работа всех специалистов.

Предмет ОБЖ, как никакой другой имеет множественные межпредметные связи (чтение, русский язык, развитие речи, знакомство с окружающим миром, рисованием, трудом). На уроке это комплекс обучения не только безопасной жизни, но и развитие, закрепление, систематизация и коррекция всего пройденного материала.

Уроки ОБЖ позволят решать основные задачи как: - развитие речи, чтения, письма, орфографии, грамматики, развитие словарного запаса, понимание речи, закрепление практической стороны математики, привитие навыков самообслуживания, воспитание культуры в общении с окружающими, воспитание чувства патриотизма, привитие любви к своей Родине, знакомство с русской культурой;

- многие коррекционные задачи: - развитие всех психических процессов; игротерапия; пропедевтика страхов, тревожных состояний; снижение агрессии; воспитание адекватности поведения; работа над правильным произношением.

На уроках применяются как традиционные так и нетрадиционные формы обучения и проведения занятий (индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа, моделирование ситуаций), уделяя больше внимания организации различных видов деятельности и приобретению детьми жизненно важного опыта.

Сущность программы заключается в комплексное решение всех педагогических и коррекционных задач на всех уроках и всех видах детской деятельности. Разнообразие форм и методов, которые можно использовать на данных уроках, стимулируют к получению знаний. Обучающиеся могут рассказать о полученных знаниях на уроках, поделиться своим опытом по данной теме, что уже говорит о рефлексии и усвоении пройденного материала. Могут различать типы опасных ситуаций (на воде, дороге, опасные ситуации на улице, криминогенные ситуации), и выбрать типы правильных решений. Могут устно проследить цепочку последствий в той или иной ситуации, а так же построить ответ на заданный вопрос по алгоритму.

Учебная программа включает в себя:

1. Пояснительную записку;
2. Тематический план(общий план содержания курса с распределением по учебным часам);
3. Материалы, раскрывающие основное содержание учебной программы;
4. Требования к уровню подготовки выпускников;
5. Поурочное планирование учебной программы в каждом классе.

При разработке содержания данной учебной программы принималась во внимание специфика содержания курса ОБЖ, которая заключается в следующем:

- Учет основных закономерностей развития теории безопасности;
- Сферы человеческой деятельности и является результатом взаимодействия разнообразных систем, направленных на сохранение жизни человека и окружающей среды);
- Направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

При разработке структуры и содержания программы были учтены **педагогические принципы** организации учебно воспитательного процесса в области безопасности жизнедеятельности, а именно:

- непрерывность обучения с 5 по 9 классы с использованием возможностей федерального и регионального компонентов базисного учебного плана;
- постепенное наращивание информационной и воспитательной нагрузки обучающихся в области безопасности жизнедеятельности с учетом их возрастных особенностей;
- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Структурные компоненты курса ОБЖ в учебной программе для 5—9 классов представлены в тематическом и поурочном планировании, которые охватывают весь минимум содержания, определенный для курса в 5—9 классах с учетом перспектив его развития. При этом количество тем может варьироваться. Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих **целей**:

усвоение знаний:

- об опасных и чрезвычайных ситуациях,
- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства,
- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций,
- об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций,
- о здоровом образе жизни,
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях,
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности;

развитие умений:

- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников,
- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю), 170 часов весь курс обучения, в том числе, на проведение практических работ.

Основное содержание

Раздел 1. Основы комплексной безопасности:

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Пожарная безопасность. Безопасность на дорогах. Безопасность в быту. Безопасность на водоемах. Экология и безопасность. Опасные ситуации социального характера.

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях. Подготовка к активному отдыху на природе. Активный отдых на природе и безопасность. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта. Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищения.

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации. Система борьбы с терроризмом. Государственная политика противодействия наркотизму.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни и его составляющие. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Правовые аспекты взаимоотношения полов. Семья в современном обществе.

Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь и правила ее оказания.

Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях.

Тематический план 5 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
	<i>P-I</i> <i>Основы комплексной безопасности</i>	
Тема 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	9
Тема 2	Правила безопасного поведения в быту	25
	Всего часов:	34

Тематический план 6 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
	<i>P-I</i> <i>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>	
Тема 1	Правила безопасного поведения на улице и в транспорте.	9
Тема 2	Правила поведения в опасных ситуациях.	12
	<i>P-II</i> <i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</i>	
Тема 3	Основы медицинских знаний.	13
	Всего часов	34

Тематический план 7 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
	<i>P-I</i> <i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</i>	
Тема 1	Правильное питание — основа здорового образа жизни и профилактика многих заболеваний человека.	7
	<i>P-II</i> <i>Условия безопасности человека в природной среде.</i>	
Тема 2	Опасные и чрезвычайные ситуации в природной среде и их влияние на жизнедеятельность человека.	9
Тема 3	Адаптация при смене часовых поясов и климата.	4
Тема 4	Правила безопасного поведения на воде.	6
Тема 5	Основы медицинских знаний.	8
	Всего часов	34

Тематический план 8 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
<i>P-I</i>		
<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</i>		
Тема 1	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия	9
Тема 2	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия	4
Тема 3	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения	9
Тема 4	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины	4
<i>P-II</i>		
<i>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</i>		
Тема 5	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.	8
Всего часов		34

Тематический план 9 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
<i>P-I</i>		
<i>Основы комплексной безопасности</i>		
Тема 1	Национальная безопасность России в современном мире	5
Тема 2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России	4
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности социального характера и национальная безопасность России	4
Тема 4	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	3
<i>P-II</i>		
<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</i>		
Тема 5	Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	4
Тема 6	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	6
<i>P-III</i>		
<i>Основы здорового образа жизни</i>		
Тема 7	Основы здорового образа жизни	3
Тема 8	Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	5
Всего часов		

ОСВОИВШИХ РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся должен:

Знать:

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- приемы и правила оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

- объяснить значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда);
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;
- соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;
- перечислить последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

Характеристика контрольно-измерительных материалов, используемых при оценивании уровня подготовки обучающихся.

Проверка и оценка знаний проходит в ходе текущих занятий в устной или письменной форме. Письменные работы проводятся по значимым вопросам темы или раздела курса ОБЖ. Контрольные письменные работы проводятся после изучения разделов программы курса ОБЖ в конце четверти и учебного года. В курсе ОБЖ может использоваться зачетная форма проверки знаний.

Преподавание ОБЖ, как и других предметов, предусматривает индивидуально - тематический контроль знаний обучающихся. Причем при проверке уровня усвоения материала по каждой достаточно большой теме обязательным является оценивание двух основных элементов: теоретических знаний и умений применять их при выборе практических.

Для контроля знаний по ОБЖ используются различные виды работ (тесты, экспресс- опросы, самостоятельные, проверочные, контрольные, практические, ситуационные задачи)

Оценка устных ответов обучающихся.

Оценка «5» ставится в том случае, если обучающийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает формулировки и толкование основных понятий, строит ответ по плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если обучающийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить с небольшой помощью учителя.

Оценка «3» ставится, если обучающийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий.

Оценка письменных контрольных работ.

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка практических работ.

Оценка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Контрольно-измерительные материалы составляются в соответствии с требованиями государственного стандарта по ОБЖ, уровнем обученности обучающихся. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня как по объему, так и глубине.

Для составления контрольно-измерительных материалов используется следующая литература:

- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 классе М.: Просвещение, 2007 г.
- ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель,2005
- АРМ преподавателя-организатора ОБЖ. Электронное пособие / Петров Н.Н, Тихомиров А.Ю. // ГОУ ДПО ЧИППКРО, Челябинск, 2007.
- Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. ОБЖ 5-9 кл. Дидактические материалы М.: Дрофа, 2001

Вариант 1

Эта часть работы содержит задания с выбором одного варианта ответа. К каждому заданию дается четыре варианта ответа, один из которых верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Отметьте знаком «+» выбранный вами вариант ответа.

1.1. Рост количества автомобилей на дорогах страны обусловлен:

- а) ростом количества желающих иметь личный автомобиль;
- б) сокращением количества дорог;
- в) ростом перевозок различных грузов и пассажиров автомобильным транспортом;
- г) увеличением выпуска автомобилей.

1.2. Как называется атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и часто распространяющийся до поверхности земли (воды)?

- а) Буря;
- б) ураган;
- в) смерч;
- г) туман.

1.3. К немеханическим транспортным средствам относятся:

- а) велосипеды;
- б) грузовики;
- в) мопеды;
- г) прицепы.

1.4. Производственные аварии и катастрофы могут привести:

- а) к чрезвычайным ситуациям природного характера;
- б) к чрезвычайным ситуациям техногенного характера;
- в) к стихийным бедствиям;
- г) к чрезвычайным ситуациям социального характера.

1.5. В каком местном органе управления можно выяснить потенциальную опасность возникновения чрезвычайных ситуаций в районе вашего проживания?

- а) В отделении милиции;
- б) в местном органе управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям;
- в) в местном органе санитарно-эпидемиологического надзора;
- г) на станции «скорой помощи».

1.6. Шквалистый ветер скоростью выше 30 м/с (больше 100 км/ч) и огромной разрушительной силы называется:

- а) шквалом;
- б) бурей;
- в) торнадо;
- г) ураганом.

1.7. Когда лучше всего приступать к выполнению закалывающих процедур?

- а) Осенью;
- б) летом;
- в) зимой;
- г) весной.

1.8. К стоматологу для поддержания в хорошем состоянии своих зубов рекомендуется обращаться не реже:

- а) 1 раза в неделю;
- б) 2 раза в год;
- в) 1 раза в месяц;
- г) 1 раза в квартал.

1.9. Отметьте самый популярный активный отдых на природе.

- а) Прогулки по городскому парку;
- б) купание в открытых водоемах;
- в) активный туризм;
- г) поход в лес за грибами.

1.10. Какие природные явления вызывают землетрясения?

- а) Космические;
- б) биологические;
- в) геологические;
- г) метеорологические.

1.11. Сила и интенсивность землетрясения измеряется:

- а) в метрах выброшенной породы;
- б) в километрах в час;
- в) в баллах;
- г) количеством подземных толчков.

1.12. Отметьте, что НЕ входит в число чрезвычайных ситуаций?

- а) Чрезвычайные ситуации промышленного характера;
- б) чрезвычайные ситуации социального характера;
- в) чрезвычайные ситуации техногенного характера;
- г) чрезвычайные ситуации природного характера.

1.13. Человек, находящийся на дороге вне транспортного средства и не производящий на ней работ, называется:

- а) дорожным обходчиком;
- б) пешеходом;
- в) путником;
- г) туристом.

1.14. В нашей стране к наркотическим веществам НЕ отнесены:

- а) морфин;
- б) алкоголь и никотин;
- в) кокаин;
- г) экстази.

1.15. Пешеход, не успевший закончить переход проезжей части дороги до начала возобновления движения транспортных средств, должен:

- а) вернуться назад;
- б) остановиться на осевой линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений;
- в) закончить переход дороги;
- г) двигаться по осевой линии.

Вариант 2

Эта часть работы содержит задания с выбором одного варианта ответа. К каждому заданию дается четыре варианта ответа, один из которых — верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Отметьте знаком «+» выбранный вами вариант ответа.

1.1. Как называются морские гравитационные волны большой длины, возникающие в результате вертикального

сдвига значительных участков морского дна?

- а) Цунами;
- б) приливом;
- в) прибоем;
- г) штормом.

1.2. Поведение человека, когда он может четко и доходчиво выражать свои чувства и желания, когда он имеет свое мнение и знает, чего хочет, называется:

- а) уверенностью;
- б) застенчивостью;
- в) упрямством;
- г) агрессивностью.

1.3. Каким качеством надо обладать, чтобы иметь друзей?

- а) Самому уметь быть другом;
- б) быть хорошим рассказчиком;
- в) быть партнером в спортивных играх;
- г) быть соседом.

1.4. Как называется состояние напряжения, возникающее у человека под влиянием сильных воздействий?

- а) Стрессом;
- б) расслаблением;
- в) смелостью;
- г) уверенностью.

1.5. Скорость движения базальтовых лав составляет до:

- а) 40—50 км/ч;
- б) 80—100 км/ч;
- в) 150—200 км/ч;
- г) 250—300 км/ч.

1.6. Умение управлять своим поведением и поступками находить оптимальное решение в различных экстремальных ситуациях, жить с собой в согласии может привести:

- а) к выработке чувства собственного достоинства и уверенности в себе;
- б) к развитию болезней сердца;
- в) к нарушению работы иммунной системы организма;
- г) к язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

1.7. Вулканические обломки меньше 7 см называют:

- а) лапилли;
- б) ядрышками;
- в) базальтами;
- г) разбросами.

1.8. Как называется качество человека, которое характеризует его умения не перебивать собеседника, избегать поспешных выводов, спокойно реагировать на высказывания собеседника, следить за главной мыслью в разговоре и не отвлекаться на частности?

- а) Воспитанностью;
- б) проницательностью;
- в) нетерпимостью;
- г) зазнайством.

1.9.К каким объектам относятся атомные электростанции (АЭС), исследовательские ядерные установки и предприятия, использующие радиоактивные вещества?

- а) К промышленным объектам;
- б) к сельскохозяйственным объектам;
- в) к радиационноопасным объектам;
- г) к объектам Министерства обороны.

1.10.Как называется физическое лицо, захваченное и(или) удерживаемое в целях понуждения государства, организации или отдельных лиц совершить какое-либо действие или воздержаться от совершения какого-либо действия как условия освобождения удерживаемого лица?

- а) Жертвой;
- б) террористом;
- в) военнослужащим;
- г) заложником.

1.11.Как называется природное явление, которое представляет собой атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и распространяющийся вниз, часто до самой поверхности Земли, в виде темного облачного рукава или хобота в десятки и сотни метров?

- а) Смерчем;
- б) ураганом;
- в) бурей;
- г) шквалом.

1.12.Как называется природное явление, которое приводит к значительному затоплению местности в результате подъема уровня воды в реке, озере, водохранилище или море и наносит материальный ущерб экономике, социальной сфере и природной среде?

- а) Наводнением;
- б) разливом реки (озера);
- в) подтоплением;
- г) половодьем.

1.13.К пешеходам НЕ приравниваются лица:

- а) передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя;
- б) ведущие велосипед, мопед, мотоцикл;
- в) водители троллейбусов;
- г) прохожие на тротуарах.

1.14.По шкале Бофорта для урагана характерен ветер следующей силы:

- а) 32,7 м/с;
- б) 20,8—24,4 м/с;
- в) 17,2—20,7 м/с;
- г) 13,9—17,1 м/с.

1.15.При какой скорости смещения оползня рекомендуется эвакуация населения?

- а) 0,5 м/в сутки;
- б) 1,5 м/в месяц;
- в) 1,5 м/в год;
- г) 0,06 м/в год.

Вариант 3

Эта часть работы содержит задания с выбором одного варианта ответа. К каждому заданию дается четыре варианта ответа, один из которых — верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Отметьте знаком «+» выбранный вами вариант ответа.

1.1.При аварийной посадке самолета на воду необходимо:

- а) позвонить по мобильному телефону родственникам;
- б) надеть спасательный жилет и надуть его перед покиданием борта самолета;
- в) вложить записку в надежное непромокаемое место (лучше всего завернуть в несколько полиэтиленовых пакетов);
- г) срочно занять место у аварийного выхода и ждать сигнала от членов экипажа.

1.2.Какие действия НЕ следует делать, если вы узнали, что вашей семье требуется срочная эвакуация?

- а) Собрать необходимые вещи;
- б) в последний раз пересмотреть видеокассету с любимым кинофильмом;
- в) взять необходимые документы и ценности;
- г) выключить электроприборы и газ, закрыть форточки, окна и двери.

1.3.Как называются процессы, протекающие в литосфере (геологической среде) и имеющие следствием изменение структуры, состава, состояния и свойств слагающих ее компонентов (горных пород, подземных вод, рельефа и присущих им физических полей)?

- а) Биологическими процессами;
- б) социальными процессами;
- в) производственными процессами;
- г) геологическими процессами.

1.4.При переломе или ранении помощь начинают со следующих действий (отметьте неправильный вариант):

- а) выносят человека из огня, дыма, воды, из зоны поражения электротоком;
- б) останавливают артериальное кровотечение;

- в) выясняют, есть ли у человека документы;
- г) восстанавливают сердечную деятельность и дыхание.

1.5. Среди наиболее опасных природных явлений биологического характера, оказывающих существенное влияние на безопасность жизнедеятельности человека, выделяют (отметьте неправильный вариант):

- а) природные пожары;
- б) эпидемии;
- в) эпизоотии;
- г) катастрофы.

1.6. Только после восстановления сердцебиения и дыхания, когда остановлено кровотечение, делают следующее (отметьте неправильный вариант):

- а) накладывают повязки и шины;
- б) транспортируют пострадавшего;
- в) надевают на пострадавшего противогаз;
- г) выясняют обстоятельства происшествия.

1.7. В число природных пожаров НЕ входят:

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

1.8. Признаком остановки сердца НЕ является:

- а) отсутствие координации;
- б) потеря сознания;
- в) состояние, когда зрачки расширены, не реагируют (нет сужения) на свет;
- г) исчезновение пульса на сонной артерии.

1.9. В число стадий развития инфекционной болезни НЕ входит:

- а) доинкубационный период;
- б) инкубационный период;
- в) течение болезни;
- г) выздоровление.

1.10. Астероид — это ...

- а) большой метеорит;
- б) небольшой метеорит;
- в) малая планета;
- г) обломок разрушенной космической станции.

1.11. Остановке сердца предшествуют (отметьте неправильный вариант):

- а) кратковременные судороги тела и мышц лица;
- б) повышенная двигательная активность;
- в) частая икота;
- г) угасание пульса, аритмия.

1.12. К стихийным бедствиям НЕ относятся:

- а) наводнения;
- б) взрывы на химических заводах;
- в) широкое распространение грызунов;
- г) массовые лесные и торфяные пожары.

1.13. В число причин обморока НЕ входит:

- а) духота;
- б) скрытое внутреннее кровотечение;
- в) сердечно-сосудистая недостаточность;
- г) просмотр двух серий кинофильма подряд.

1.14. Очагом землетрясения называют:

- а) жерло вулкана;
- б) пространство внутри Земли, где произошло разламывание горных пород;
- в) общую энергию сейсмических колебаний;
- г) место, где впервые были замечены колебания почвы.

1.15. В число ведомств, которые осуществляют борьбу с терроризмом в Российской Федерации, НЕ входит:

- а) Федеральная служба безопасности Российской Федерации (ФСБ России);
- б) Министерство внутренних дел Российской Федерации (МВД России);
- в) Министерство здравоохранения Российской Федерации;
- г) Служба внешней разведки Российской Федерации (СВР России).

Вариант 4

Эта часть работы содержит задания с выбором одного варианта ответа. К каждому заданию дается четыре варианта ответа, один из которых — верный. Внимательно прочитайте каждое задание и все варианты ответов. Отметьте знаком «+» выбранный вами вариант ответа.

1.1. Лекарственные средства, которые можно использовать в турпоходе (отметьте неправильный вариант):

- а) полынь;

- б) подорожник;
- в) крапива;
- г) репейник.

1.2. Если перестрелка застала вас на улице, ни в коем случае НЕ следует:

- а) застыть неподвижно и наблюдать за ходом перестрелки;
- б) сразу лечь на землю;
- в) осмотреться и найти укрытие;
- г) зайти за выступ дома.

1.3. Ташкентское землетрясение произошло:

- а) в 1966 г.;
- б) в 1940 г.;
- в) в 1972 г.;
- г) в 1999 г.

1.4. Во время проведения спецслужбами операций по освобождению заложников НЕЛЬЗЯ:

- а) лежать на полу лицом вниз до окончания операции;
- б) подчиняться приказам и указаниям, поступающим от сотрудников спецслужб;
- в) тереть глаза, если применяется слезоточивый газ;
- г) держаться подальше от проемов дверей и окон.

1.5. Организация, которая осуществляет борьбу с терроризмом силами нескольких министерств и ведомств, называется:

- а) Межведомственный оперативный штаб по противодействию терроризму;
 - б) спецгруппа «Вихрь-Антитеррор»;
 - в) спецподразделение «Альфа»;
 - г) профессиональное объединение ветеранов Вооруженных сил Российской Федерации и ФСБ России.
- а) 8—10 часов;
 - б) 15—20 минут;
 - в) 5—6 часов;
 - г) 2—3 часов.

1.7. Решение о том, что контртеррористическая операция окончена, принимает:

- а) руководитель оперативного штаба по управлению контртеррористической операцией;
- б) руководитель силового ведомства, выделившего спецподразделение для ликвидации террористов;
- в) представитель Администрации Президента РФ;
- г) старший по должности из состава штурмовой группы.

1.8. При оказании первой медицинской помощи укушенному змеей НЕ рекомендуется:

- а) делать надрезы на месте укуса;
- б) прижигать место укуса;
- в) давать обильное питье;
- д) разрешать выполнять пострадавшему любые физические нагрузки.

1.9. При извержении вулканов из скопления раскаленного пепла и газов может образоваться:

- а) палящая туча;
- б) кучевое облако;
- в) смертоносный пар;
- г) газообразная магма.

1.10. Проезжая часть дороги предназначена:

- а) для движения пешеходов;
- б) для движения безрельсовых транспортных средств;
- в) для движения трамваев;
- г) для проведения массовых мероприятий.

1.11. Очень сильный (по скорости до 20 м/с) и продолжительный ветер, вызывающий большие разрушения на суше и волнения (штормы) на море, называется:

- а) цунами;
- б) ураганом;
- в) бурей;
- г) смерчем.

1.12. При оказании помощи пострадавшему от термического ожога разрешается:

- а) оставлять пострадавшего в зоне действия поражающего фактора;
- б) отрывать прилипшие к ране одежду, посторонние предметы;
- в) охлаждать место ожога водой, льдом, снегом;
- г) обрывать обгоревшие ткани; наносить на пораженный участок мазь, крем, жир.

1.13. Соединенные Штаты Америки подвергли бомбардировке после террористического акта 11 сентября 2001 г. следующую страну:

- а) Судан;
- б) Югославию;
- в) Афганистан;
- г) Ливию.

1.14. При купании в незнакомом водоеме необходимо:

- а) начать купаться, не дожидаясь взрослых;
- б) не раздумывая, нырнуть в воду;
- в) вначале тщательно обследовать берег и акваторию водоема, примыкающую к берегу, убедиться в их безопасном состоянии для купания, спросить разрешения у родителей;
- г) постараться заплывать как можно дальше от берега.

1.15. Размещение в защитном сооружении производится по указанию:

- а) представителя муниципалитета;
- б) старшего по сооружению;
- в) начальника милиции;
- г) представителя домоуправления по месту жительства.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Вариант 1

В этой части содержатся задания, которые требуют, письменно дополнить информацию.

- 2.1. При отсутствии пешеходного перехода **переходить** проезжую часть можно на перекрестках по линии _____.
- 2.2. Нельзя тушить _____ включенные в сеть электроприборы.
- 2.3. Если в помещении чувствуется запах _____, нельзя зажигать спички, включать свет и электроприборы.
- 2.4. Если собака сбила вас с ног, необходимо упасть на живот, а руками закрыть _____.
- 2.5. Эпидемия — это быстрое распространение **инфекции** среди населения, которое приводит к резкому увеличению _____.

Вариант 2

В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию.

- 2.1. В общей системе мер противодействия чрезвычайным ситуациям первенство отдается комплексу мероприятий, направленных на снижение риска возникновения _____.
- 2.1. Под мониторингом понимается _____.
- 2.2. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций — это _____.
- 2.3. В прогнозировании опасных природных процессов используются два подхода. Первый подход базируется на изучении _____.
- Второй — опирается на _____.
- 2.4. Взрывопожароопасные объекты и их элементы размещаются с учетом _____.

Вариант 3

В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию.

- 2.1. Химические опасные объекты строятся на безопасном расстоянии от _____.
- 2.2. Снежные лавины — это обвал массы снега на горных склонах. Лавиноопасными районами в России являются _____.
- 2.3. С целью оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций в стране созданы системы оповещения, прежде всего система централизованного оповещения, которая включает в себя _____ уровни.
- 2.4. В 2004 г. в стране завершена работа по созданию единых диспетчерских служб на базе телефона «01» (единый телефон пожарных и спасателей МЧС России). По телефону «01» можно звонить не только при возникновении пожара, но и при любой _____.
- 2.5. Одним из способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени является его эвакуация. Сущность эвакуации заключается в организованном _____.

Вариант 4

В этой части содержатся задания, которые требуют письменно дополнить информацию.

- 2.1. Вулкан — это коническая гора, из которой время от времени вырывается раскаленное вещество (магма), т. е. происходит извержение вулкана. На территории России деятельность вулканов наблюдается в районах _____.
- 2.2. Уверенность в себе воспитывается в процессе повседневной жизнедеятельности и достигается умением _____.
- 2.3. Оползни — это большие массы грунта, скользящие под действием силы тяжести вниз по склону единым телом. В России оползни довольно часто происходят в _____.
- 2.4. Вокруг радиационно, химически и биологически опасных объектов создаются _____.
- 2.5. Соблюдайте основные правила поведения в районах схода лавин, избегайте мест возможного схода лавин, они чаще всего сходят со склонов крутизной более _____ градусов.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Вариант 1

В этой части содержатся задания (ситуационные задачи), которые требуют правильно дописать информацию.

- 3.1. **Обеспечение личной безопасности, если произошел взрыв в здании в результате теракта:**
 - 3.1.1. Постараться успокоиться и уточнить обстановку. Продвигайтесь осторожно, не трогайте _____.
 - 3.1.2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться _____. При задымлении помещения защитить органы дыхания смоченным платком (лоскутком ткани, полотенцем).
 - 3.1.3. В случае необходимой эвакуации взять необходимые носильные вещи, деньги и документы. При _____.

невозможности эвакуации необходимо принять меры и дать о себе знать. Для этого надо _____ .

3.1.4С выходом из дома отойти на _____
расстояние.

3.1.5. Действуйте в строгом соответствии с указанием _____ .

3.2. Ориентирование на местности.

3.2.1. Умение ориентироваться на местности — это первое условие _____ .

3.2.2. Определять стороны горизонта и представлять себе, где находятся- _____ .

3.2.3. Определять свое местонахождение на местности относительно _____ .

3.2.4Выбрать нужное направление движения, чтобы _____ .

3.2.4. Выдерживать во время движения выбранное направление, чтобы - _____ .

3.3. Первая медицинская помощь при ушибах:

3.3.1. Для уменьшения кровоизлияния и боли к ушибленному месту прикладывают _____ .

3.3.2. Если на коже из-за ушиба есть ссадины, то ушибленное место не следует _____ .

3.3.3. Его надо сначала перевязать стерильной повязкой, после этого положить сверху _____ .

3.3.4. После примочек на ушибленную часть тела накладывают _____ .

3.3.5. Руку подвешивают на перевязь, а ноге придают- _____ .

3.4. При ориентировании по природным признакам нужно запомнить, что:

3.4.1. С северной стороны кора одиночно стоящих деревьев _____ .

3.4.2Стволы сосен после дождя _____ .

3.4.3Мхи и лишайники обильнее покрывают _____ .

3.4.4Смола на хвойных деревьях сильнее выступает с _____ .

3.4.5 Северная часть муравейника располагается с _____ .

3.5. Если вы провалились под лед

3.5.1. Не следует беспорядочно барахтаться и наваливаться всей тяжестью тела на _____ .

3.5.2. Постараться опереться локтем на лед и переместить тело в _____ положение.

3.5.3Выбираться нужно в ту сторону, откуда _____ .

3.5.4Осторожно вытащить на лед _____ .

3.5.5Постараться выкатиться на лед и без резких движений, не вставая, переместиться подальше от _____ . На твердом льду встать и постараться быстро добраться до жилища.

Вариант 2

В этой части содержатся задания (ситуационные задачи), которые требуют правильно дописать информацию.

3.1. При угрозе землетрясения надо:

Осмотреть свой дом с точки зрения сейсмической устойчивости. Прикрепить.....

Взять на заметку места, где может возникнуть пожар, и держать от них подальше.....

Проверить исправность.....

Периодически менять и держать их наготове.

Держать рядом с дверью спасательный рюкзак с.....

3.2. Правила работы за компьютером:

В соответствии с установленными нормами непрерывная продолжительность работы школьника не должна превышать.....минут.

После каждого продолжительного занятия на компьютере рекомендуется выполнять ..

Следить, чтобы положение монитора соответствовало направлению.....

Установить клавиатуру так, чтобы не надо было.....

Не располагать экран так, чтобы он был обращен в _____ .

3.3. При получении информации об угрозе цунами необходимо:

3.3.1. После поступления сигнала об опасности взять с собой ..

3.3.2. Быстро направиться на ближайшие.....

3.3.3. Постараться как можно быстрее удалиться на от берега моря.

3.3.4. Если вы оказались на улице, постарайтесь укрыться за.....

3.3.5. Если вы оказались в воде, постарайтесь освободиться от _____ .

3.4. Для остановки артериального кровотечения способом наложения жгута:

3.4.1. Жгут завязывают на..... совершенно свободно.

3.4.2.—3.4.3. Затем в петлю вставляют..... и закручивают повязку до необходимой степени, пока.....

3.4.4. Предмет (_____) фиксируют двойным узлом.

3.4.5. Время наложения жгута запоминают. Это очень важно, так как нельзя оставлять жгут на конечности более 2 ч — существует опасность.....

3.5. Правила безопасного поведения при разговоре с незнакомцем по телефону:

3.5.1. Никогда и никому не говорить, что вы.....

3.5.2. Поднимая трубку, не называть ..

3.5.3. Если просят назвать адрес, то.....

3.5.4. Не участвовать в..... по телефону.

3.5.5. Если незнакомец пытается втянуть в непристойный разговор, то.....

Вариант 3

В этой части содержатся задания (ситуационные задачи), которые требуют правильно дописать информацию.

3.1. Первая медицинская помощь при ссадинах:

- 3.1.1.—3.1.2. Промыть ссадину перекисью..... или водой с.....
3.1.3. Смазать рану раствором.....
3.1.4.—3.1.5. Наложить....., или приложить лист....., или наклеить бактерицидный лейкопластырь.

3.2. Если перестрелка происходит на улице, а вы находитесь дома:

- 3.2.1. Необходимо укрыться в.....
3.2.2. Находясь в укрытии, необходимо следить за появлением.....
3.2.3. Если в доме начался пожар, а стрельба не прекратилась, дом необходимо....., продвигаясь.....
3.2.4. Укрыться.....
3.2.5. Укрытием может стать.....

3.3. Для определения сторон горизонта необходимо уметь:

- 3.3.1. Пользоваться.....
3.3.2.—3.3.3. Определять стороны горизонта днем по..... и.....
3.3.4. Определять стороны горизонта ночью по.....
3.3.5. Определять стороны горизонта по местным предметам:.....

3.4. Во время грозы нельзя:

- 3.4.1. Укрываться возле одиноких деревьев. Прислоняться к.....
3.4.2. Останавливаться на опушках леса и лесных.....
3.4.3. Находиться вблизи.....
3.4.4. Оставаться в.....
3.4.5. В лесу во время грозы лучше всего укрыться среди.....

3.5. Первая медицинская помощь при вывихе:

- 3.5.1.—3.5.2. Зафиксировать конечность в том положении, которое она приняла (на руку наложить..... на ногу —.....).
3.5.3.—3.5.4. Положить холод (.....) на область поврежденного сустава для.....
3.5.5. Во время оказания первой медицинской помощи вывих не следует.....

Вариант 4

В этой части содержатся задания (ситуационные задачи), которые требуют правильно дописать информацию.

3.1. Первая медицинская помощь при потертостях:

- 3.1.1. Потертость — это повреждение верхнего слоя кожи, которое возникает под влиянием.....
3.1.2. Основной причиной возникновения потертости в походах являются.....
Необходимо:
3.1.3. Промыть перекисью..... поверхность потертости.
3.1.4. Смазать..... или детским кремом.
3.1.5. Наклеить.....

3.2. Если вдруг произошел взрыв, то необходимо:

- 3.2.1. Постараться успокоиться и уточнить обстановку. Продвигаться осторожно, не трогать руками поврежденные конструкции и.....
3.2.2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов не пользоваться.....
3.2.3. При задымлении защитить органы дыхания с помощью.....
3.2.4. Включить локальную (квартирную) систему оповещения и проверить возможность.....
3.2.5. Действовать в строгом соответствии с указаниями.....

3.3. Первая помощь пострадавшему от укуса ядовитой змеи:

- 3.3.1. Сразу после укуса необходимо обеспечить пострадавшему покой и..... положение.
3.3.2. Транспортировать его в безопасное, защищенное от непогоды место. Немедленно приступить к.....
3.3.3. Для уменьшения циркуляции крови на место укуса можно наложить.....
3.3.4. Продезинфицировать ранку..... и наложить стерильную повязку, которую следует ослаблять по мере нарастания отека.
3.3.5. Наложить иммобилизационную повязку или.....
Дать пострадавшему обильное питье. Употребление кофе противопоказано.

3.4. Первая медицинская помощь при отморожении:

- 3.4.1. Необходимо согреть отмороженную часть тела, растирая ее мягкой шерстяной тканью или ладонями до..... кожи, обретения ею чувствительности.
3.4.2. Напоить пострадавшего горячим чаем, укутать....., если есть возможность, то разместить его в тепле.
3.4.3. Не следует при растирании пользоваться.....
3.4.4. После отогревания необходимо наложить на пострадавший участок тела.....
3.4.5. При необходимости надо отправить пострадавшего в.....

3.5. Правила поведения в случае захвата в заложники:

3.5.1. Не подвергать себя излишнему риску, стараться ограничить.....

3.5.2. Стараться по мере возможности смягчить враждебность преступников к себе, оставаясь.....

3.5.3. Не провоцировать действия террористов:

не задавать им вопросов и стараться не.....

3.5.4. Выполнять требования террористов и спрашивать у них.....

В случае силового освобождения заложников (при штурме спецподразделения) попытаться.....