

В. Н. Латчук, С. К. Миронов

ТЕТРАДЬ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЗНАНИЙ

к учебнику А. Г. Маслова, В. В. Маркова, В. Н. Латчука, М. И. Кузнецова



ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



6

 дрофа


ВЕРТИКАЛЬ

В. Н. Латчук, С. К. Миронов

ТЕТРАДЬ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЗНАНИЙ

к учебнику А. Г. Маслова, В. В. Маркова, В. Н. Латчука, М. И. Кузнецова



ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учени..... класса.....

.....школы.....

.....

.....

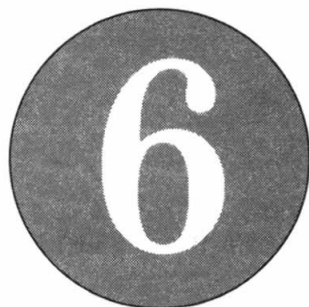
2-е издание, стереотипное



Москва

 ДРОФА

2014



УДК 373.167.1:614
ББК 68.9я72
Л27

Латчук, В. Н.

Л27 Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 6 кл. / В. Н. Латчук, С. К. Мионов. — 2-е изд., стереотип. — М. : Дрофа, 2014. — 61, [3] с. : ил.

ISBN 978-5-358-13106-4

Тетрадь разработана на основе рабочей программы и учебника, соответствующих ФГОС основного общего образования. Она содержит разнообразные задания, которые направлены на проверку теоретических знаний и практических умений учащихся, и предназначена для проведения текущего и итогового контроля.

**УДК 373.167.1:614
ББК 68.9я72**

ISBN 978-5-358-13106-4

© ООО «ДРОФА», 2013

Содержание

Предисловие.....	5
Основы безопасности личности, общества и государства	
Проверочная работа № 1 по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях».....	6
Проверочная работа № 2 по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях» (продолжение).....	8
Проверочная работа № 3 по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях» (продолжение).....	10
Проверочная работа № 4 по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях» (продолжение).....	13
Проверочная работа № 5 по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях» (окончание)	16
Проверочная работа № 6 по теме «Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме»	19
Проверочная работа № 7 по теме «Безопасность в чрезвычайных ситуациях»	23
Проверочная работа № 8 по теме «Безопасность в чрезвычайных ситуациях» (окончание)	27
Итоговая проверочная работа	30
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	
Проверочная работа № 9 по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»	37
Проверочная работа № 10 по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (окончание)	40
Итоговая проверочная работа	43
	3

Проверочная работа № 11 по теме «Основы здорового образа жизни»	49
Проверочная работа № 12 по теме «Основы здорового образа жизни» (продолжение).....	50
Проверочная работа № 13 по теме «Основы здорового образа жизни» (продолжение).....	53
Проверочная работа № 14 по теме «Основы здорового образа жизни» (окончание)	55
Итоговая проверочная работа	56
График изменения качества знаний и умений	61

Предисловие

Тетрадь предназначена для текущего и итогового контроля качества знаний учащихся по основам безопасности жизнедеятельности. Она входит в учебно-методический комплекс и даёт возможность объективно оценить подготовку каждого учащегося в течение учебного года.

В тетради представлена система различных заданий, охватывающих курс ОБЖ 6 класса.

По каждой теме предусматривается выполнение проверочной работы, а каждый крупный блок содержания завершает обобщающая итоговая проверочная работа.

Имеющиеся в тетради задания различаются по своей сложности и технологии выполнения. Они дают возможность проверить не только предметные, но и метапредметные умения учеников.

Оценку за каждое задание рекомендуется определять, исходя из 100-балльной шкалы. Предусматривается, что учитель сам определяет максимальное количество баллов, которое может быть получено учащимися при идеальном выполнении задания. После выполнения задания определяются фактически полученные баллы и соответствие между параметрами 100-балльной шкалы и привычной школьной оценкой. Например, 80—100 баллов — «5» (отлично), 60—79 баллов — «4» (хорошо), 40—59 баллов — «3» (удовлетворительно), менее 40 баллов — «2» (неудовлетворительно). Используя систему фактических показателей качества знаний и умений, можно изобразить успехи каждого ученика в виде графика.

Тетрадь может использоваться учащимися для самообразования и предварительной оценки своей подготовки к экзамену.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Тема: «Экстремальные ситуации
в природных условиях»

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 1			
	Число	Месяц	Год

1. Дайте определения понятий:

а) экстремальная ситуация —

.....

.....

б) чрезвычайная ситуация —

.....

.....

Оценочные баллы

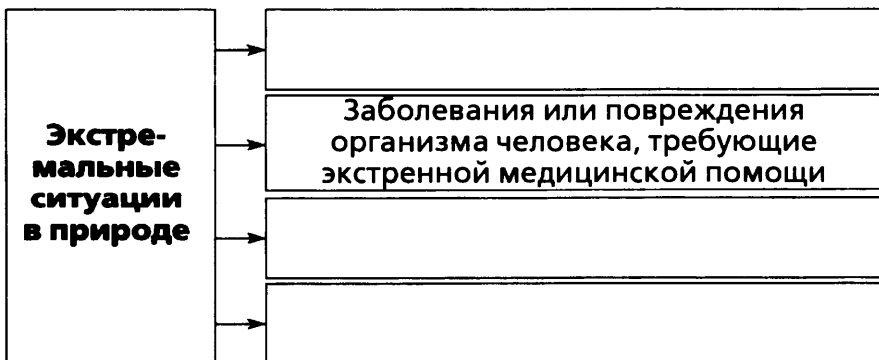


МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Дополните схему о видах экстремальных ситуаций в природе.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Перечислите, на какие группы подразделяются факторы выживания в природных условиях.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дайте определение понятия «стрессор выживания».

Дополните схему об основных стрессорах выживания при вынужденном автономном существовании.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: **«Экстремальные ситуации
в природных условиях»** (продолжение)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 2			
	Число	Месяц	Год

1. Какую роль играют внимание и воображение человека в экстремальной ситуации в природных условиях?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите, в результате каких причин у человека, попавшего в экстремальную или чрезвычайную ситуацию в природных условиях, возникает чувство страха.

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните таблицу об элементах установки на выживание и их содержании в любой чрезвычайной ситуации, в которой может оказаться человек в природных условиях.

Элемент установки	Содержание элемента
	Я понимаю, что оказался один в незнакомом месте, и отдаю себе отчёт в том, что происходит со мной на самом деле
Оценка	
Поведение	

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Перечислите, какие, по вашему мнению, качества человек должен воспитать у себя, чтобы выжить в чрезвычайных условиях в природе.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ	ФАКТИЧЕСКИЙ
100	
МАКСИМАЛЬНОЕ	ФАКТИЧЕСКОЕ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»; от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»; от до баллов — «2».

Оценка

Тема: **«Экстремальные ситуации
в природных условиях»** (продолжение)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 3			
	Число	Месяц	Год

1. Какие три условия следует соблюдать, чтобы избежать возникновения экстремальной ситуации в походе?

а)

б)

В)

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Закончите предложение.

Главная задача при подготовке и проведении похода —

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Перечислите не менее четырёх правил безопасного поведения на природе.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Заполните таблицу.

Требования к походной обуви	
Виды обуви, подходящей для похода	
Требования к походной одежде	
Одежда и бельё, подходящие для похода	

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: «Экстремальные ситуации
в природных условиях» (продолжение)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 4			
	Число	Месяц	Год

1. Дополните предложения.

Заблудившись в лесу, следует выходить к населённому пункту, если.....

.....

Надо остаться на месте и ожидать помощи, если

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. При помощи стрелок установите соответствие между источником звука и расстоянием, на которое слышны эти звуки.

Шум поезда

2—5 км

Выстрел из ружья

1—1,5 км

Автомобильный гудок

0,5—1,5 км

Шум грузовой машины

2—3 км

Крик человека

10 км

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните предложение.

Совершая переход по льду водоёма, необходимо

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дополните схему об основных способах определения сторон света на местности.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Изложите не менее четырёх требований к месту, на котором оборудуется временное жилище.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Изложите, какими способами можно предохранить спички от намокания.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

7. Какие части нижеуказанных растений можно употреблять в пищу?

- а) ель —
- б) кедр —
- в) иван-чай —
- г) клевер —
- д) пастушья сумка —
- е) одуванчик —

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

100

МАКСИМАЛЬНОЕ



ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: **«Экстремальные ситуации
в природных условиях»** (окончание)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 5			
	Число	Месяц	Год

1. Какие опасные факторы воздействуют на участников лыжных походов?

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите не менее трёх, наиболее важных, по вашему мнению, правил безопасности, которые необходимо соблюдать при совершении водных походов.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Выберите и подчеркните средства обеспечения безопасности, необходимые в велосипедном походе.

Спасательный жилет; наколенники; репшнур; страховочная система; шлем для защиты головы; шерстяной подшлемник; спасательный круг; перчатки.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. При помощи стрелок установите соответствие между опасностью или надёжностью льда и их признаками.

Опасный лёд	Лёд, имеющий зеленоватый оттенок	Надёжный лёд
	Лёд, имеющий желтоватый оттенок	
	Лёд, имеющий синеватый оттенок	
	Лёд в местах впадения рек и ручьёв	
	Лёд у крутых берегов и на крутых изгибах русла	
	Лёд, поверхность которого выступает вода	

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Какие правила безопасности необходимо строго соблюдать при купании?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Изобразите один из вариантов расположения костров для подачи сигнала спасателям.

Оценочные баллы

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «4»;

Оценка

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

100

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Тема: **«Безопасность в дальнем (внутреннем)
и международном (выездном) туризме»**

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 6			
	Число	Месяц	Год

1. Дайте определения понятий:

а) дальний (внутренний) туризм —

.....

.....

.....

.....

.....

б) международный (выездной) туризм —

.....

.....

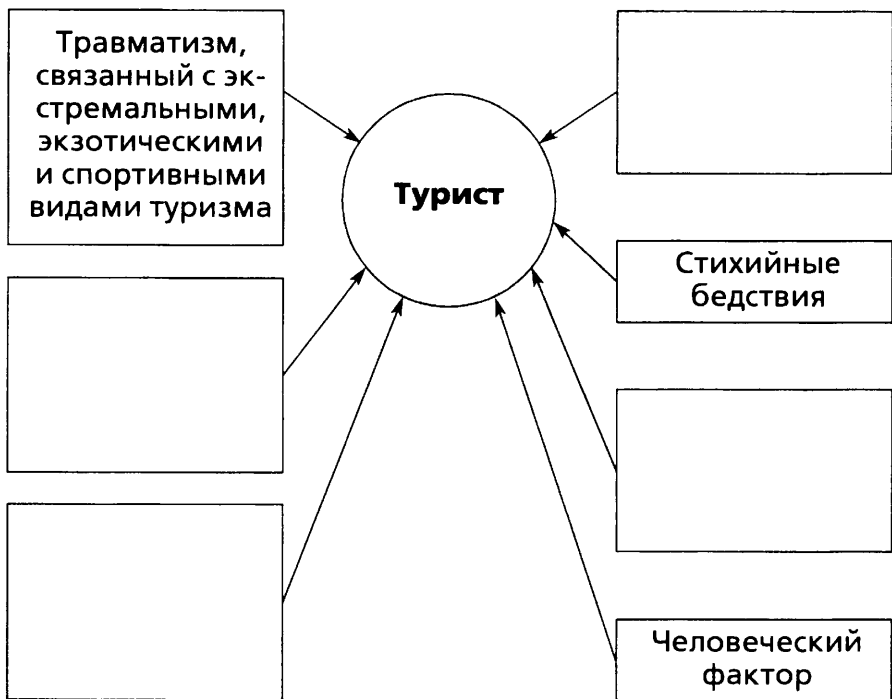
.....

.....

.....



2. Дополните схему о факторах, влияющих на безопасность туристов.



3. Изложите, каким образом лучше входить в новый режим по местному времени при смене часовых поясов.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

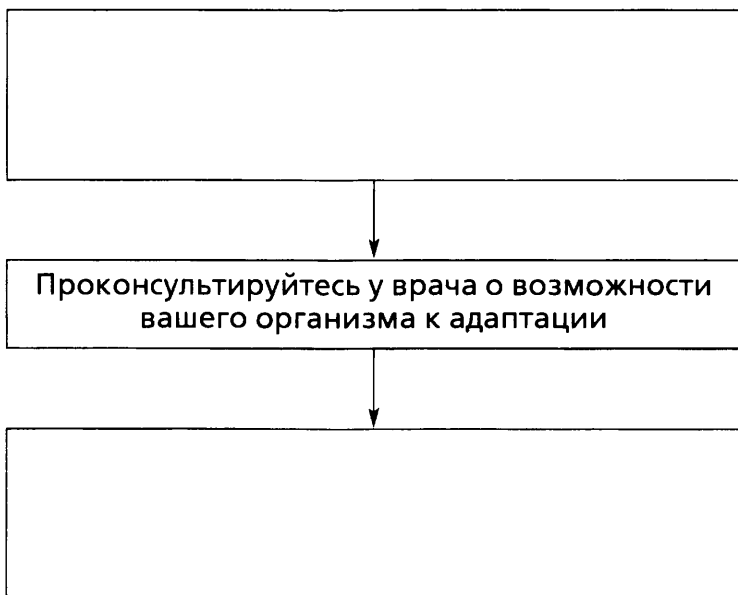
.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дополните схему действий, которые следует предпринять, чтобы успешно адаптироваться к смене климатических условий.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Дополните таблицу о влиянии некоторых природных факторов при адаптации человека к горным условиям.

Фактор	Влияние фактора на организм человека
Пониженное атмосферное давление	
..... 	Потеря влаги из организма при дыхании
Жёсткое ультрафиолетовое излучение Солнца	
..... 	Возможно обморожение и замерзание

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Изложите три основных принципа адаптации при смене климатогеографических условий.

а)

.....

.....

.....

б)

.....

.....
.....
.....
в)

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ	ФАКТИЧЕСКИЙ
100	
МАКСИМАЛЬНОЕ	ФАКТИЧЕСКОЕ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: **«Безопасность
в чрезвычайных ситуациях»**

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 7			
	Число	Месяц	Год

1. Закончите предложения.

Убежища (защитные сооружения) предназначены для

.....

.....

Убежища могут быть:

На случай длительного пребывания людей в убежище
создают запас:

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите основные правила поведения в убежище.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Из нижеприведённых неисправностей противогаза выберите:

а) повреждения лицевой части шлема-маски

.....

.....

б) повреждения фильтрующе-поглощающей коробки

.....

.....

Разрывы, проколы, пробойны, повреждения стёкол оч-
ков, повреждение клапана выдоха.

Оценочные баллы

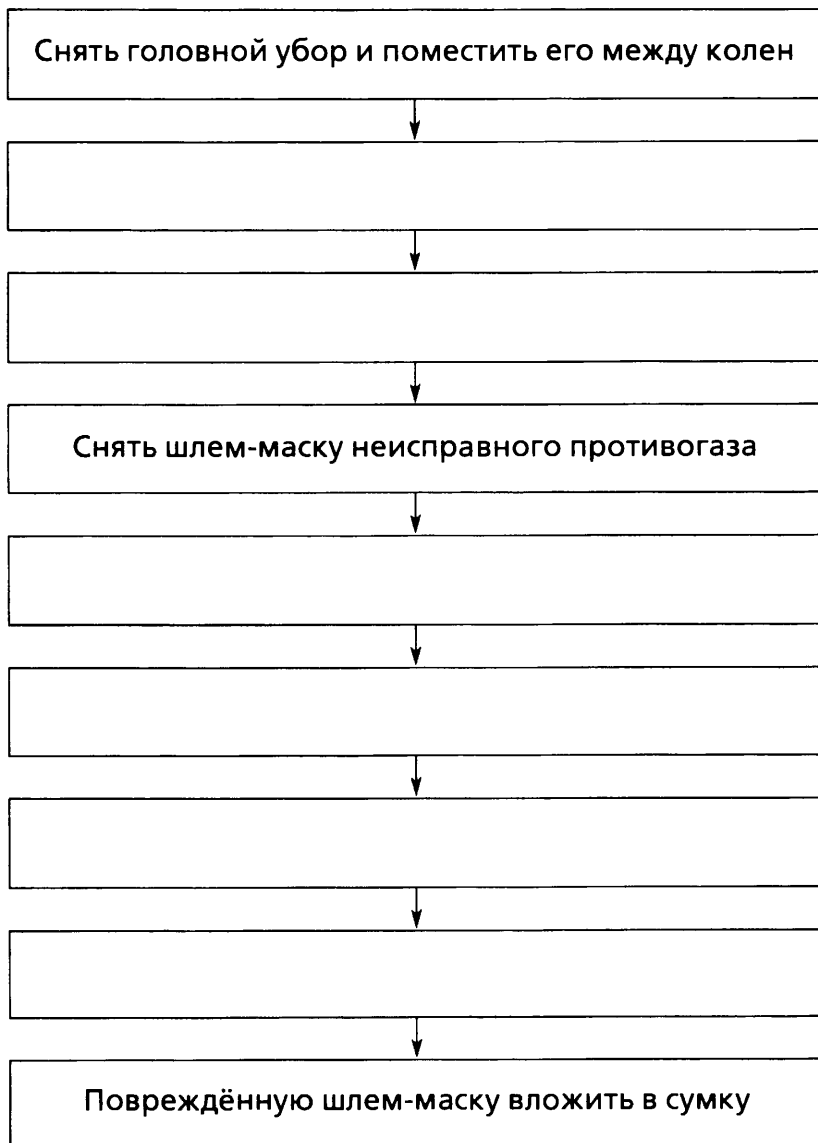


МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дополните схему действий при замене повреждённого про-
тивогоза в условиях заражённого воздуха.



Оценочные баллы

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: **«Безопасность в чрезвычайных ситуациях»**
(окончание)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 8			
	Число	Месяц	Год

1. Кратко изложите основные правила поведения заложников при захвате террористами транспортных средств.

[illegible]

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Объясните, почему во время операции по освобождению заложникам нельзя подбирать брошенное оружие и бежать навстречу сотrudникам спецслужб.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Укажите, в каких местах массового скопления людей преступники предпочитают проводить террористические акты (взрывы).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

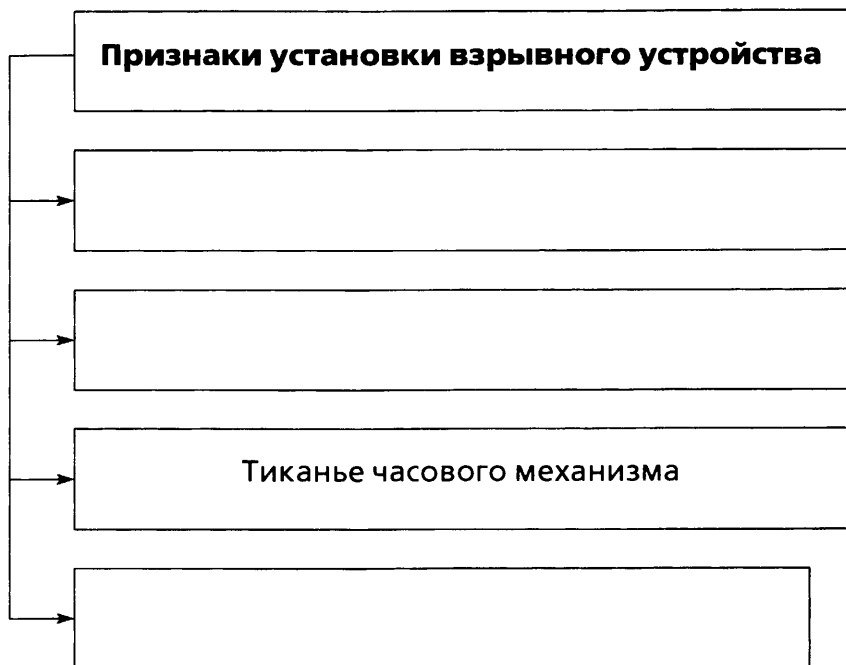
.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дополните схему о признаках установки взрывного устройства.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Закончите предложение.

При непосредственной угрозе взрыва надо

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

ИТОГОВАЯ ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА			
	Число	Месяц	Год

Вариант I _____

1. Дайте определения понятий:

а) выживание —

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

б) стихийное бедствие —

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите один из способов определения сторон света.

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните схему об основных видах костров.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Перечислите способы добычи и обеззараживания воды летом в природных условиях.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Напротив текста изобразите соответствующий символ специального знака международной кодовой таблицы:

а) нужны медикаменты

☐

б) нужны пища и вода

☐

в) укажите направление следования

☐

г) нет

☐

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Дополните предложение.

В защитном сооружении гражданской обороны запрещается:

.....

.....

.....

Оценочные баллы

☐

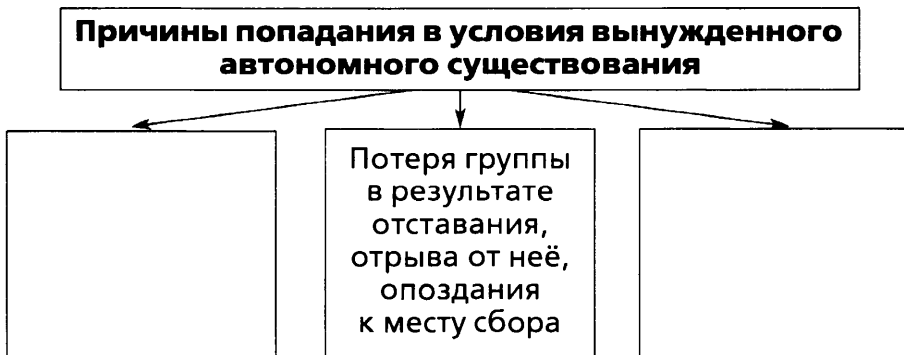
МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

Вариант II _____

1. Дополните схему, характеризующую основные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природной среде.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите правила сушки обуви в походных условиях.

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Перечислите, что не рекомендуется делать при сооружении временного жилища:

a)

.....

.....

.....

.....

.....

б)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

в)

г)

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дополните предложения о некоторых правилах ориентирования на местности.

Если в солнечный день в 14 часов человек стоит спиной к солнцу, то его тень показывает направление на, справа от него будет направление на, слева — на

В зимнее и весеннее время года снег больше подтаивает на

..... склонах холмов (бугров) и на сторонах ямок (следов человека и животных).

Кора деревьев темнее и грубее с стороны ствола.

Лесные просеки, как правило, прорубают в направлении

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Напротив текста изобразите соответствующий символ специального знака международной кодовой таблицы:

а) нужен врач, серьёзная травма

☐

б) нужны медикаменты

☐

в) всё в порядке

☐

г) да

☐

Оценочные баллы

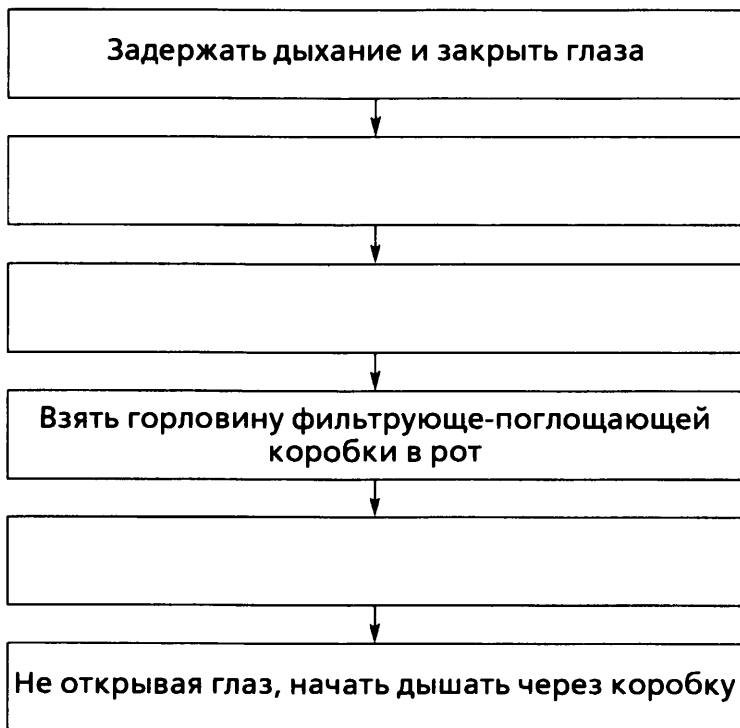
☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Дополните схему действий при значительном повреждении шлема-маски противогаза в условиях заражённого воздуха.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Тема: «Основы медицинских знаний
и оказание первой помощи»

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 9			
	Число	Месяц	Год

1. Перечислите не менее трёх лекарственных растений и укажите, для каких целей они могут быть использованы.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите, укусы каких насекомых могут вызвать серьёзные осложнения здоровья человека и почему.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните перечень правил безопасности по пред-
 нию от укусов ядовитых змей:

- не ходить в лесу босиком;
-
-
- не ложиться на землю без войлочной подс-
-
-
-
-

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТ.,

4. Дополните таблицу о степенях и признаках ожогов.

Степень ожога	Призна
.....	Покраснение и отёч- ство жжения
Четвёртая	
.....	Частичное (поверхн вание кожи, кожа тё- го цвета, обширные г
.....	

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Изложите порядок оказания первой помощи при обморожении.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Дополните перечень действий по оказанию помощи утопающему:

- бросить ему верёвку или
-
- срочно позвать на помощь взрослых

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ



МАКСИМАЛЬНОЕ



ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «4»;

Оценка

от до баллов — «3»;

от до баллов — «2».

Тема: «Основы медицинских знаний
и оказание первой помощи»
(окончание)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 10			
	Число	Месяц	Год

1. Дайте определения понятий:

а) травма —

.....

.....

.....

.....

б) вывих —

.....

.....

.....

.....

.....

в) перелом —

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

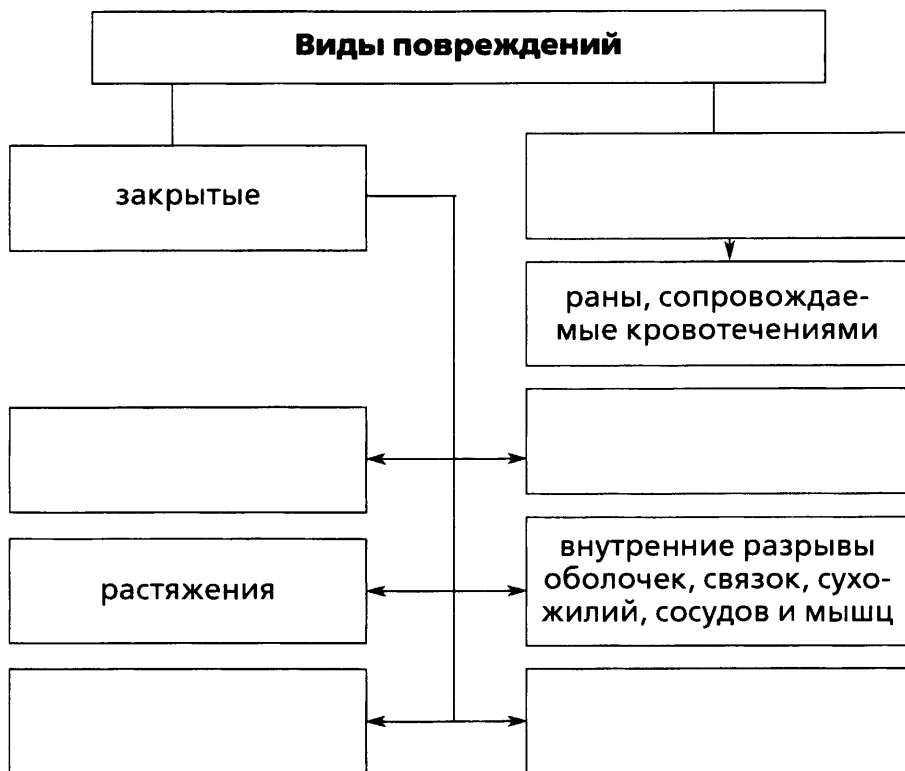


МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Дополните схему о видах повреждений организма человека.



Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Изложите признаки
(указать вид травмы)

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Изложите порядок оказания первой помощи при

(указать вид травмы)

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Дополните таблицу о материалах, которые необходимы для изготовления импровизированных приспособлений для переноски пострадавших.

Наименование приспособления	Необходимо
Шест для переноски	
.....	Два шеста длиной окс пять палок длиной ок
Носилки-волокуши из длин- ных жердей	

Оценочные баллы

МАКСИМ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

100

МАКСИМАЛЬНОЕ



ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

ИТОГОВАЯ ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА			
	Число	Месяц	Год

Вариант I _____

1. Перечислите, какие перевязочные материалы должны быть в аптечке первой помощи.

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Дополните перечень мероприятий по оказанию первой помощи при укусе пчелы, осы, шмеля:

-

.....

- промыть ранку спиртом;

-

.....

- дать пострадавшему 1—2 таблетки димедрола (супрастин, тавегил) и 1—2 таблетки глюконата кальция;

- при ухудшении состояния пострадавшего

.....

Оценочные баллы

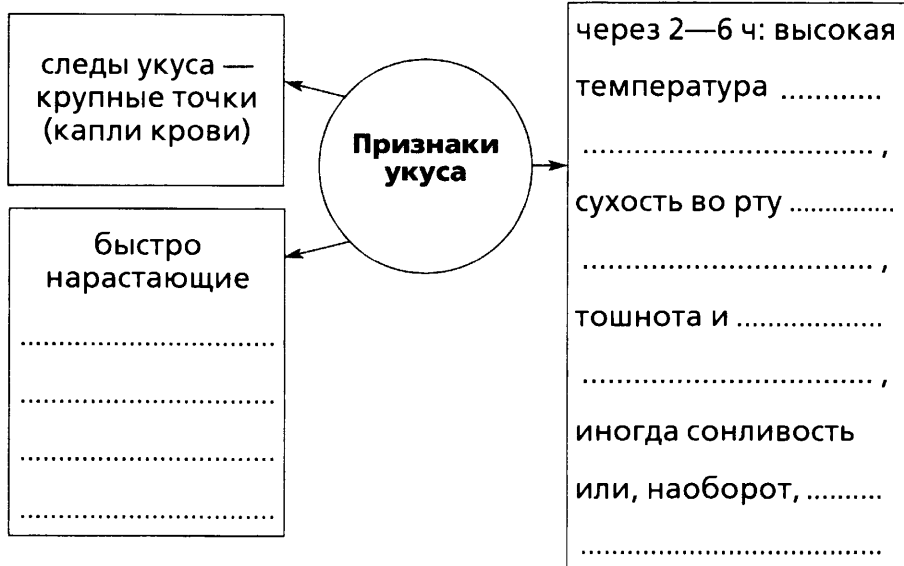
☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните схему о признаках укуса змеи.



Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Дайте определение понятия «ожог».

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Дополните таблицу о степенях обморожения и их признаках.

Степень обморожения	Признаки
.....	Омертвление не только кожи, но и мышц, костей, сухожилий
Вторая	
.....	Омертвление всех слоёв кожи, возникновение участков тканей чёрного цвета и кожных пузырей, наполненных тёмной жидкостью
Первая	

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Дополните предложение.

Сдавления чаще всего бывают во время.....,

а также

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

7. Изложите, каким образом следует подготовить шест для переноски пострадавшего.

.....

.....

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

Вариант II

1. Укажите, какими дезинфицирующими веществами следует укомплектовать аптечку первой помощи.

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Дополните предложение.

Местом обитания лесных клещей обычно бывает

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните перечень мероприятий по оказанию первой помощи человеку, укушенному змеей:

-

- при наличии специального приспособления для отсасывания приложить его к месту укуса и оттянуть кровь вместе с ядом;

-

- дать пострадавшему обильное питьё (3—4 л) для уменьшения концентрации яда и выведения его из организма;

-

- доставить пострадавшего к врачу.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Выберите и подчеркните мероприятия, проводимые при оказании первой помощи человеку, получившему солнечные ожоги.

Здоровую кожу вокруг ожога обработать раствором спирта; обожжённую поверхность смазать увлажняющим кремом (кефиром, простоквашей); приложить к обожжённой поверхности холодные примочки; наложить на обожжённую поверхность стерильную повязку; защитить кожу от воздействия источника ожога; дать пострадавшему горячий чай, минеральную воду.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Дополните предложения.

Обморожение и общее переохлаждение организма могут наступить при температуре воздуха ниже —.....°С.

При температуре ниже —.....°С при соприкосновении с металлическими предметами могут возникать мгновенные контактные обморожения.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

6. Изложите, каким образом после извлечения тонущего из водоёма из его лёгких и желудка удалить воду.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

7. Дополните предложения.

Для переноски пострадавшего в рюкзаке надо распороть
внизу Ноги пострадавшего проде-
вают и надевают на него рюкзак наподо-
бие брюк.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 11

Число

Месяц

Год

1. Дополните предложение.

Суточная потребность в калориях для детей и подростков от 11 до 13 лет составляет для мальчиков килокалорий, а для девочек — килокалорий.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Укажите, на какие цели расходуется энергия, которую получает организм из пищи при её сгорании.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Приведите формулу, которой можно пользоваться для приблизительного определения нормального веса.

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. При помощи стрелок установите соответствие между избытком массы тела и степенью ожирения.

200% и более

50%

100%

30%

Вторая

Третья

Первая

Четвёртая

Оценочные баллы

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «4»;

Оценка



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ



МАКСИМАЛЬНОЕ

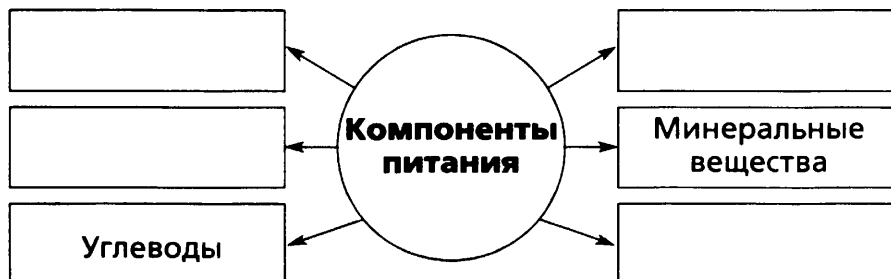


ФАКТИЧЕСКОЕ

Тема: «Основы здорового образа жизни»
(продолжение)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 12			
	Число	Месяц	Год

1. Дополните схему об основных компонентах питания человека.



Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Из перечисленных продуктов питания выберите и выпишите те, которые являются:

а) источниками белков —

.....

.....

.....

б) источниками жиров —

.....

.....

.....

в) источниками углеводов —

.....

.....

.....

Хлеб, овощи, сыр, сметана, орехи, мясо, рыба, яйца, оливковое масло, фрукты, печенье.

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните предложение.

Недостаток витамина D ведёт к

витамина С — к

витаминов группы В — к

.....

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. При помощи стрелок установите соответствие между минеральными веществами и продуктами, в которых они содержатся.

Железо

Петрушка

Калий

Картофель

Иод

Яблоки

Медь

Горох

Марганец

Капуста

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

5. Подчеркните, какое количество воды следует употреблять в сутки подростку 11—13 лет:

от 1 до 2 л; от 1,5 до 2,5 л; от 1,4 до 2,5 л; от 2 до 3 л; от 0,5 до 1,5 л.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: «Основы здорового образа жизни»
(продолжение)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 13			
	Число	Месяц	Год

1. Дайте определения понятий:

а) гигиена питания —

.....

.....

.....

б) этикет —

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Изложите не менее четырёх основных требований к питанию.

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните предложения.

Правильно организованный режим питания означает

.....

.....

.....

Интервалы между приёмами пищи не должны превышать.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Из нижеприведённых причин выберите и подчеркните те, по которым нельзя опаздывать на приём пищи.

Может не достаться какое-то блюдо; это неуважение к находящимся за столом; за опоздание будут ругать взрослые; приём пищи в одно и то же время полезнее; за опоздание могут наказать.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

Тема: «Основы здорового образа жизни»
(окончание)

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 14			
	Число	Месяц	Год

1. Дополните предложение.

Период развития детей в возрасте от до лет врачи и педагоги называют подростковым.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Охарактеризуйте основные особенности поведения в подростковом возрасте.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Раскройте понятие «групповое давление». Как следует себя вести, если такое давление осуществляется в отношении вас?

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Из нижеприведённых причин выберите и подчеркните те, по которым чаще всего подростки вступают в конфликты с родителями.

Забота со стороны родителей и других старших членов семьи; стремление освободиться от контроля и опеки взрослых; отстаивание независимости в выборе друзей, одежды, использовании свободного времени; попытки родителей найти ключ к общению.

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

ИТОГОВАЯ ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА

Число

Месяц

Год

Вариант I

1. Дополните предложения.

Запасы энергии в организме человека хранятся в виде

..... При необходимости вначале расходуется

....., а затем

Оценочные баллы

☐

МАКСИМАЛЬНЫЙ

☐

ФАКТИЧЕСКИЙ

2. Дополните таблицу о функциях компонентов питания.

Наименование компонентов	Функции
Белки	
.....	Являются строительным материалом организма. Могут превращаться в жиры и откладываться про запас
.....	
Витамины	
	Входит в состав всех клеток и тканей организма. На неё приходится большая часть массы тела человека
Минеральные вещества	

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните схему о последствиях, которые вызывает недостаток в пище некоторых минеральных веществ.



Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Изложите не менее четырёх правил поведения при приёме пищи.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

Вариант II

1. Дополните предложения.

Недостаточная калорийность пищи приводит к

.....

.....

.....

.....

.....

Избыток калорийности пищи ведёт к

.....

.....

.....

.....

.....

Оценочные баллы



МАКСИМАЛЬНЫЙ



ФАКТИЧЕСКИЙ

2. При помощи стрелок установите соответствие между компонентами питания и их количеством, которое рекомендуется потреблять ежедневно подросткам в возрасте 11—13 лет.

Белки

Жиры

Углеводы

96 г (в том числе 58 г — животного происхождения)

382 г

96 г (в том числе 18 г — растительные)

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

3. Дополните предложения.

Интервалы между приёмами пищи не должны превышать часов. Наиболее правильно принимать пищу
раза в день: завтрак,

.....

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

4. Из приведённого перечня выберите и подчеркните те действия, которые надо проделать после еды.

Вытереть салфеткой рот, руки и стол у своей тарелки;
вытереть салфеткой только рот; вытереть салфеткой руки;
вытереть салфеткой только рот и руки; приборы сложить
на своей тарелке и отодвинуть её на середину стола; при-
боры сложить на своей тарелке, не отодвигая её; приборы
сложить рядом со своей тарелкой; использованную сал-
фетку положить сбоку от тарелки; использованную салфетку
положить на тарелку.

Оценочные баллы

МАКСИМАЛЬНЫЙ

ФАКТИЧЕСКИЙ

ИТОГОВОЕ КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ

МАКСИМАЛЬНОЕ

ФАКТИЧЕСКОЕ

Результат:

от до баллов — «5»;

от до баллов — «3»;

от до баллов — «4»;

от до баллов — «2».

Оценка

График изменения качества знаний и умений

[illegible]

Учебное издание

Латчук Владимир Николаевич
Миронов Сергей Константинович

**Тетрадь
для оценки качества знаний
по основам безопасности
жизнедеятельности**

6 класс

Зав. редакцией *С. В. Курчина*
Ответственный редактор *С. К. Миронов*
Художественный редактор *М. В. Мандрыкина*
Технический редактор *Е. В. Баева*
Компьютерная верстка *Г. А. Фетисова*
Корректор *И. В. Андрианова*



Сертификат соответствия
№ РОСС RU. АЕ51. Н 16508.

12+

Подписано к печати 22.05.14. Формат 60 × 90 $\frac{1}{16}$.
Бумага офсетная. Гарнитура Free Set. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 4,0. Тираж 6000 экз. Заказ № 6202.

ОО «ДРОФА». 127254, Москва, Огородный проезд, д. 5, стр. 2.

**Предложения и замечания по содержанию и оформлению книги
могут направлять в редакцию общего образования издательства «Дрофа»:
127254, Москва, а/я 19. Тел.: (495) 795-05-41. E-mail: chief@drofa.ru**

**По вопросам приобретения продукции издательства «Дрофа»
обращаться по адресу: 127254, Москва, Огородный проезд, д. 5, стр. 2.
Тел.: (495) 795-05-50, 795-05-51. Факс: (495) 795-05-52.**

Сайт ООО «ДРОФА»: www.drofa.ru

Электронная почта: sales@drofa.ru

Тел.: 8-800-200-05-50 (звонок по России бесплатный)



Отпечатано в ОАО «Можайский полиграфический комбинат».
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93.

www.oaompk.ru, www.oaompk.ru тел.: (495) 745-84-28, (49638) 20-685