

УДК 373.167.1:614
ББК 68.9я721
Г16

Галкина, М. В.

Г16

Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс : рабочая тетрадь к учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс» под редакцией Ю. Л. Воробьёва / М. В. Галкина. — 2-е изд., пересмотр. — М. : Дрофа ; Астрель, 2018. — 94, [2] с. : ил. — (Российский учебник). ISBN 978-5-358-20933-6 (ООО «ДРОФА»)

ISBN 978-5-271-51460-9 (ООО «Издательство Астрель»)

Рабочая тетрадь к учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс» под редакцией Ю. Л. Воробьёва 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 373.167.1:614
ББК 68.9я721

ISBN 978-5-358-20933-6 (ООО «ДРОФА»)
ISBN 978-5-271-51460-9 (ООО «Издательство Астрель»)

© Галкина М. В.

СОДЕРЖАНИЕ

I. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в неё	6
Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?	6
Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций	9
Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией, и действия по их преодолению	12
II. Пребывание человека в различных климатических условиях	16
Особенности акклиматизации в различных климатических условиях и правила успешной акклиматизации.	16
III. Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде.	20
Если вы отстали от группы, заблудились в лесу	20
Авария транспортного средства в безлюдной местности. Способы подачи сигналов бедствия	23
Ориентирование по компасу	27
Ориентирование по солнцу, луне и звёздам	31
Ориентирование по местным признакам. Нахождение дороги к жилью	34
Устройство временных укрытий. Летние убежища. Временные укрытия в пустыне	38
Зимние укрытия	41

Разведение костра с помощью спичек. Место для костра. Типы костров. Сохранение огня	45
Разведение костра без спичек	48
Обеспечение бытовых потребностей. Личная гигиена. Уход за одеждой и обувью	50
Поиск и добывание воды	53
Организация питания	57
Правила поведения при встрече с дикими животными . . .	59
Правила поведения при переправе через реки. Передвижение по болотам	61
Опасности при движении в горах	63
Общие принципы оказания самопомощи	66
Аптечка. Лекарственные средства	69
Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы	72
Ушибы, растяжения, разрывы связок, сдавления, переломы.	74
Укусы животных. Отравления	77
Первая помощь утопающему. Основные приёмы реанимации.	80
Тепловые и солнечные удары. Обморожения	83
Поражение молнией	85
Заболевания глаз. Удаление инородных тел из глаза, носа, уха	89
Переноска пострадавшего без носилок. Узлы.	90

ДОРОГИЕ РЕБЯТА!

Вашему вниманию предлагается рабочая тетрадь к школьному учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс» под редакцией Ю. Л. Воробьева.

Рабочая тетрадь включает различные задания по одной из главных тем курса — «Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях».

Предлагаемые в тетради 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, проверят 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 учебный материал, который оказался недостаточно усвоенным. Старайтесь справиться с заданием самостоятельно.

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

I.

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ В ПРИРОДЕ И ПЕРВООЧЕРЕДНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ЧЕЛОВЕКА, ПОПАВШЕГО В НЕЁ

■ Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?

Задание 1. Ответьте на вопросы.

1. Что такое опасность, опасная ситуация? Приведите примеры. _____

2. Что такое экстремальная ситуация? Приведите примеры. _____

Задание 2. Выберите правильный ответ.

1. Избегать экстремальных ситуаций — это значит...
Не допускать экстремальных ситуаций — это значит...

- А. переходить речку вброд с шестом в разведанном месте
- Б. переходить речку только по мосту
- В. не кататься на лыжах при температуре воздуха ниже -20°C
- Г. кататься на лыжах в любую погоду, но при температуре воздуха ниже -20°C защитить лицо маской или шарфом, а поверх ботинок надеть бахилы

- Д. не ходить в горы в лавиноопасный сезон
- Е. ходить в горы в любое время года, но соблюдать правила хождения по склонам и иметь необходимое страховочное снаряжение

2. Чтобы избежать или преодолеть опасную ситуацию и чтобы она не переросла в экстремальную, нужно...

- А. быть легкомысленным
- Б. обладать необходимыми знаниями
- В. не забывать брать с собой необходимые вещи
- Г. не выходить из дома без сопровождения взрослых (даже если начинается землетрясение)
- Д. уходя из дома, ставить в известность взрослых о том, куда идёшь

Ответ

1	2

Задание 3. Закончите предложение.

Это правило, которое поможет вам выйти из экстремальной ситуации: никогда не падать _____

Задание 4. Вспомните пословицы.

Напишите три пословицы, которые отвечают правилу: *старайтесь избегать экстремальных ситуаций.*

Задание 5. Найдите соответствие.

Выберите рисунки, демонстрирующие:

предусмотрительность _____

непредусмотрительность _____

практические навыки _____

отсутствие практических навыков _____

знание _____

незнание _____





■ Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций

Задание 1. Найдите соответствие.

Действие каких потенциально опасных факторов вы выясняете и стараетесь предотвратить, когда готовитесь к путешествию?

Опасные факторы

1. природные
2. техногенные
3. социальные

Действия

- А. изучить карту местности
- Б. узнать, не идут ли там военные действия
- В. узнать прогноз погоды
- Г. узнать, нет ли там заповедников, военных запретных зон
- Д. собирать необходимое снаряжение
- Е. узнать, не радиоактивна ли местность, не заражена ли вода

Ответ

1	2	3

Задание 2. Ответьте на вопросы.

1. Что такое НАЗ? _____

2. Что вы положите в свой НАЗ? _____

3. Какие вещи вы положите в рюкзак, собираясь в туристский поход:

на один день летом _____

на один день зимой _____

на несколько дней летом _____

на несколько дней зимой _____

?

Каков состав общественного снаряжения? _____

Слова-подсказки: котелок, спальник, спички, тёплая одежда, топор, кусок полиэтилена с верёвочками или накидка от дождя, вода в бутылке или термосе, пила, аптечка, компас и карта, палатка, нож, тушёнка, крупа, соль, коврик туристский, фонарь, бутерброды, конфеты, печенье, кружка, миска и ложка, спиннинг и блесна, ремнабор (набор для ремонта походного снаряжения), репеллент или накомарник, обувь запасная, варежки и носки запасные, куртка с капюшоном (ветровка), верёвки, зубная паста, щётка, мыло, расчёска.

4. Какие пять самых необходимых вещей для комфортного выживания в дикой природе вы можете назвать?

5. Как защитить от сырости спички аварийного запаса?

Задание 3. Выберите правильный ответ.

1. Для того чтобы меня быстрее нашли и спасли, если я заблужусь, я обязательно...

А. наемся шоколада впрок

Б. надену красный костюм со светоотражающими полосами

В. поставлю в известность взрослых о том, куда иду и на какой срок

Г. оставлю записку о том, что вернусь не скоро

2. Чтобы сохранить спички сухими, я всегда ношу коробок...

А. на голове под кепкой

Б. в банке, залитой воском

В. в полиэтиленовом пакетике в кармане

Г. в кульке с мукой

Ответ

1	2