

В. Н. Латчук, С. К. Миронов, Т. В. Бурдакова

# РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

Тестовые  
и творческие  
задания

к учебнику В. Н. Латчука, В. В. Маркова,  
С. К. Миронова, С. Н. Вангородского

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

10  
класс

# ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учени ..... класса .....

..... ШКОЛЫ .....

4-е издание, стереотипное



ВЕРТИКАЛЬ

МОСКВА



2019



российский  
учебник

УДК 373.167.1:614  
ББК 68.9я72  
Л27

Условные знаки:

-  — личностные качества;
-  — метапредметные результаты;
- \* — задания повышенной сложности;
-  — дидактические игры.

**Латчук, В. Н.**

Л27 Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. : рабочая тетрадь к учебнику В. Н. Латчука, В. В. Маркова, С. К. Миронова, С. Н. Вангородского «Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10 класс» / В. Н. Латчук, С. К. Миронов, Т. В. Бурдакова. — 4-е изд., стереотип. — М. : Дрофа, 2019. — 142, [2] с. : ил. — (Российский учебник).

ISBN 978-5-358-22369-1

Рабочая тетрадь является частью УМК по основам безопасности жизнедеятельности для 10 класса. В неё включены репродуктивные и творческие вопросы и задания, в том числе в виде таблиц, схем и рисунков. Обобщение по каждой теме предложено в форме кроссворда. Специальными знаками отмечены задания, направленные на формирование метапредметных умений и личностных качеств учеников, а также задания повышенной сложности и дидактические игры.

Пособие предназначено для самостоятельной работы учащихся.

УДК 373.167.1:614  
ББК 68.9я72

ISBN 978-5-358-22369-1

© ООО «ДРОФА», 2014

## Раздел I

# Безопасность и защита человека в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях

---

### Глава 1.    **Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования**

#### **1.1.    Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие**

**1.** Дайте определения понятий.

*Выживание* — \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Автономное существование* — \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



- !** **2.** Заполните свободные места в таблице с основными причинами вынужденного автономного существования в природных условиях.



<b>Чрезвычайная ситуация природного характера</b>		<b>Экстремальная ситуация</b>		<b>Аварийная ситуация</b>	
Землетрясение	Резкое похолодание		Наводнение		Поломка транспортных средств

- 3.** Дополните перечень первоочередных действий, рекомендованных людям, потерпевшим бедствие (аварию транспортного средства).

- Переместиться в безопасное место и помочь перебраться пострадавшим;
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- при неблагоприятных погодных условиях соорудить временное жилище.

4. С помощью стрелок установите соответствие между условиями, сложившимися на месте аварии, и решениями, которые следует принять в данных условиях.

Решение: оставаться на месте аварии	Точно известно, где находится населённый пункт, расстояние до него невелико, состояние людей позволяет его преодолеть	Решение: уходить с места аварии
	Возникла непосредственная угроза жизни и здоровью людей	
	Значительная часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм	
	На месте аварии густая растительность, которая затрудняет обнаружение пострадавших	
	Неизвестно, где располагается ближайший населённый пункт	
	Сигнал бедствия (сообщение об аварии) передан по радиостанции	
	В течение трёх суток нет связи и помощи	
	Место аварии не определено, местность незнакомая и труднопроходимая	

---

---

## 1.2. Автономное существование человека в условиях природной среды

1. Ответьте на вопрос.

Каким образом проверяют исправность компаса?

---

---

---

---

---

---

---

---

2. На какой стороне горизонта будет находиться полная луна в 7 часов утра?

- а) на юге
- б) на востоке
- в) на западе
- г) на севере

3. Угол, отсчитываемый по ходу часовой стрелки от северного направления истинного меридиана по направлению движения, — это ... .

- а) магнитный азимут
- б) истинный азимут
- в) магнитный меридиан
- г) географический полюс

4\*. Опишите, какое жилище вы соорудили бы, оказавшись в лесу в ситуации автономного существования осенью. Предположим, у вас есть только рюкзак и перочинный нож. Зарисуйте это жилище.

**л**



---

---

5. Отметьте правила подготовки, разведения и тушения костра.

- зимой лучше всего разводить костёр под большими деревьями
- место для костра необходимо расчистить
- располагать костёр желательно неподалёку от воды, но в месте, защищённом от дождя
- в качестве растопки для костра лучше всего использовать толстые поленья
- при глубоком снеге сначала сооружают настил из сырых брёвен, жердей и на нём разводят костёр
- костёр на торфяных болотах следует разводить только при крайней необходимости
- дрова следует заготавливать по мере того, как пламя костра начинает постепенно гаснуть
- костёр считается затушенным, если больше не видно пламени, остались лишь тлеющие угли
- берёзовая кора и тонкие сухие веточки — лучшая растопка
- после того как разгорится растопка, следует подкладывать более толстые веточки, затем толстые поленья
- для тушения костра следует использовать сырые ветви деревьев

6\*. Приведите примеры растений и животных, которые могут служить человеку пищей, если он оказался в степи в условиях выживания.



Съедобные растения	Съедобные животные
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

7. Ответьте на вопрос.

Почему нельзя есть снег сразу, а следует предварительно растопить его во рту, сформировать из него объём, который затем медленно рассасывать?

---

---

---

8. Для фильтрации воды в полевых условиях можно использовать:

- а) древесный уголь, траву, ил
- б) песок, траву, древесный уголь
- в) траву, кору деревьев
- г) камни, песок, мох

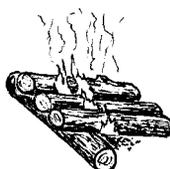
9. Используя материал учебника «ОБЖ. 6 класс», определите, к какому типу устройства костров относятся виды, представленные на рисунке.



- а) «сибирский»
- б) «таёжный»
- в) «северный»
- г) «лесной»
- д) «егерский»



«крест»



«крыша»



«три бревна»

Подумайте, что объединяет эти три вида костров. Для ответа можете использовать дополнительные источники информации.

---

---

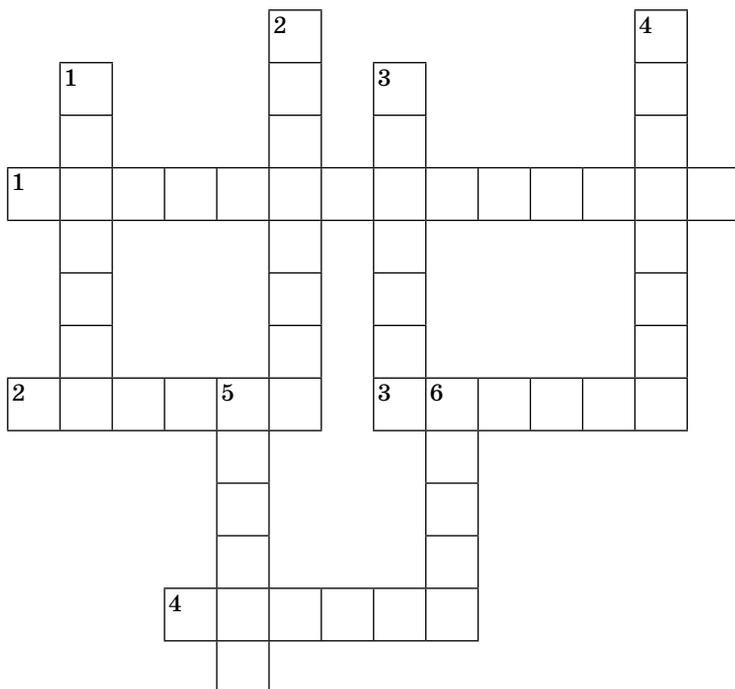
---

---

---

## Обобщение по теме

Разгадайте кроссворд.



### По горизонтали:

1. Определение местонахождения относительно сторон горизонта.
2. Вид укрытия.
3. Угол между северным направлением меридиана и направлением движения.
4. Прибор для определения сторон света.

### По вертикали:

1. Место или сооружение, используемое для защиты человека.
2. Материал для разжигания костра.
3. Отметина на стволе дерева, оставленная человеком с помощью ножа или топора с правой стороны от дороги.
4. Видимая граница неба и земной поверхности.
5. Состав пищи на определённый срок.
6. Общее количество заготовленной впрок еды.

## **Глава 2. Правила безопасного поведения в ситуациях криминалистического характера**

**1.** Отметьте правила безопасного поведения на улице в тёмное время суток.

- стараться избегать малолюдных и плохо освещённых мест
- держаться ближе к стенам домов
- идти по улице навстречу движению транспорта
- не вынимать без необходимости дорогой телефон, деньги, кошелёк и т. д.
- по возможности слушать любимую музыку в наушниках, чтобы чувствовать себя спокойно
- если вас привезли к дому на машине, попросить водителя подождать, пока не войдёте в дом
- не надевать дорогие украшения
- избегать пустынных скверов, если только путь через них не является самым коротким
- держаться ближе к краю тротуара
- в случае, если вас преследуют, бежать туда, где могут быть люди, или к освещённому месту, кричать «Пожар!», «Горим!»



- 
- 
- 
4. Найдите ошибки в рекомендациях по безопасному поведению в вагоне поезда. Подчеркните их.



В вагоне поезда не считайте на виду у всех деньги, не показывайте никому содержимое кошелька. Если соседи по купе вызывают недоверие, постарайтесь не спать или спать чутко. Если попутчики хотят угостить вас водой, лимонадом, соком, другими напитками или продуктами, не отказывайтесь, это поможет наладить с ними хорошие отношения. Так вы будете чувствовать себя спокойнее, сможете при необходимости оставить им ценные вещи. Дверь в купе держите открытой, чтобы видеть всех, кто проходит по вагону, и, в случае чего, вовремя заметить злоумышленника.

Находясь в плацкартном вагоне, будьте особенно бдительны на промежуточных станциях: преступник может схватить чемодан и выскочить с ним на перрон, где задержать его будет сложно.

5. Если на человека собираются напасть в подъезде, ему следует:

---

---

---

---

---

---

6. Восполните пропуски в тексте, где изложены некоторые правила безопасного поведения в общественном транспорте.

Если в автобусе, трамвае или троллейбусе нет сидячих мест, следует стоять \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ ,

а не \_\_\_\_\_ ,

потому что \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

Стараться, чтобы вещи были \_\_\_\_\_ .

Никогда не держать паспорт и деньги в \_\_\_\_\_ .

Самое надёжное место хранения документов — \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ .

При выходе или входе в транспортное средство стараться избегать \_\_\_\_\_ .

**7.** Перечислите пять основных правил безопасного поведения в лифте.

1) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_