

Министерство Российской Федерации
по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям
и ликвидации последствий стихийных бедствий

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

7
класс

Учебник
для общеобразовательных учреждений

Под редакцией Ю.Л. ВОРОБЬЁВА,
заслуженного спасателя РФ, Героя России

*Рекомендовано
Министерством образования и науки Российской Федерации*



АСТ • Астрель
Москва • 2015

УДК 373:614
ББК 68.9я721
О-75

Авторы:

**М.П. Фролов, М.В. Юрьева, В.П. Шолох,
Ю.Ю. Корнейчук, Б.И. Мишин**

Рецензенты:

*научная экспертиза — Российская академия наук,
педагогическая экспертиза — Российская академия наук,
общественная экспертиза — Российский книжный союз*

О-75 **Основы безопасности жизнедеятельности: 7-й класс :**
учебник для общеобразовательных учреждений /
М.П. Фролов [и др.]; под редакцией Ю.Л. Воробьёва. —
Москва : АСТ : Астрель, 2015. — 143, [1] с.: ил.

ISBN 978-5-17-079278-8 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-41030-7 (ООО «Издательство Астрель»)

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 класса создан на основе федерального государственного образовательного стандарта.

В учебнике всесторонне анализируются природные явления, опасные для человека: землетрясения, наводнения, ураганы, лесные пожары и др. Рассматриваются правила поведения человека при угрозе стихийных бедствий. Предлагаются алгоритмы безопасного поведения на дорогах и в случаях возникновения угрозы террористических актов. Даются советы по оказанию первой помощи при травмах и ведению здорового образа жизни.

**УДК 373:614
ББК 68.9я721**

ISBN 978-5-17-079278-8 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-41030-7 (ООО «Издательство Астрель»)

© ООО «Издательство АСТ»

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	6
----------------	---

Раздел I

ОПАСНЫЕ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ И БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Глава 1

ОПАСНЫЕ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА И ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ ОТ ИХ ПОСЛЕДСТВИЙ

§ 1. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ И ЕДИНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ	8
§ 2. НАВОДНЕНИЯ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	13
§ 3. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ НАВОДНЕНИЙ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ	21
§ 4. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ НАВОДНЕНИЙ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ НАВОДНЕНИЙ.	25
§ 5. УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	30
§ 6. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ОПАСНЫХ МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ ЯВЛЕНИЙ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ ..	38
§ 7. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ОПАСНЫХ МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ ЯВЛЕНИЙ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ УРАГАНОВ, БУРЬ И СМЕРЧЕЙ ..	42
§ 8. ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	50
§ 9. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЙ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ	56
§ 10. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЙ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ.	59
§ 11. ЦУНАМИ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	65
§ 12. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ЦУНАМИ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ.	70

§ 13. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ЦУНАМИ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ ЦУНАМИ.	71
§ 14. ОБВАЛЫ, ОПОЛЗНИ, СЕЛИ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ	74
§ 15. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ОПАСНЫХ ГЕОЛОГИЧЕСКИХ ЯВЛЕНИЙ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ.	84
§ 16. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ОПАСНЫХ ГЕОЛОГИЧЕСКИХ ЯВЛЕНИЙ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ОБВАЛОВ, ОПОЛЗНЕЙ И СЕЛЕЙ И ВО ВРЕМЯ ИХ ПРОЯВЛЕНИЯ.	85
§ 17. ЛЕСНЫЕ И ТОРФЯНЫЕ ПОЖАРЫ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ.	90
§ 18. ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ЛЕСНЫХ И ТОРФЯНЫХ ПОЖАРОВ И ИХ ПОСЛЕДСТВИЯ	95
§ 19. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ПРИРОДНЫХ ПОЖАРОВ. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВО ВРЕМЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПОЖАРОВ	96
§ 20. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ УЧАЩИМСЯ ПО ПОВЕДЕНИЮ ПРИ ОПАСНЫХ ЯВЛЕНИЯХ ПРИРОДЫ	105

Глава 2

ОПАСНЫЕ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА И БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

§ 21. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ. ПАНИКА	114
§ 22. ТЕРРОРИЗМ И БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА	115

Глава 3

ДОРОЖНОЕ ДВИЖЕНИЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

§ 23. ДОРОГА И ЕЁ ЭЛЕМЕНТЫ	120
§ 24. УЧАСТНИКИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ. ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ.	121
§ 25. ДВИЖЕНИЕ ВО ДВОРАХ И ЖИЛЫХ ЗОНАХ	126

Раздел II

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Глава 4

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

§ 26. ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА РАНЫ. ПРАВИЛА НАЛОЖЕНИЯ ПОВЯЗОК	129
§ 27. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ	132
§ 28. ТЕПЛОВЫЕ И СОЛНЕЧНЫЕ УДАРЫ, ОБМОРОЖЕНИЕ	133

Глава 5

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

§ 29. ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ	137
§ 30. ФАКТОРЫ, РАЗРУШАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ	140
Проекты	143

Введение

Наша Земля прекрасна и в летнее солнечное утро, и в снежный зимний день, и в весеннюю грозу, и в осенний дождь. Изумительны по-своему и тропический ливень, и северное сияние, и грохочущие лавины, извержения вулканов, огромные морские волны и барханы в пустыне.

Но многие природные явления могут набрать такую силу, что становятся опасными для человека.

И если мы не готовы, не знаем, как защитить себя, свой дом и имущество от стихийных сил природы, может возникнуть опасная и даже чрезвычайная ситуация, угрожающая жизни многих людей, их интересам и даже безопасности страны. И от наших действий будет зависеть наша жизнь, жизнь близких людей. Природа Земли такова, что опасные природные явления всегда были, есть и будут, а значит, мы должны быть к ним готовы.

С учётом важности этой проблемы в Российской Федерации приняты Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» и ряд постановлений Правительства, на основании которых ведётся подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Изучение в школе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» — важная часть этой большой государственной работы.

Настоящий учебник написан в соответствии с программой этой дисциплины на основе существующих научных разработок и опыта МЧС России. Он поможет не только узнать механизмы возникновения опасных природных и общественных ситуаций, но и познакомит с необходимыми действиями в разных опасных и чрезвычайных обстоятельствах.

В учебнике ты также найдёшь рекомендации по безопасному поведению на дорогах и в случаях возникновения угрозы террористических актов. А также советы по оказанию первой помощи при травмах. Авторы учебника напомним тебе о необходимости беречь своё здоровье и о факторах, которые ему могут угрожать.

Как работать с учебником

В первую очередь ознакомься с оглавлением учебника, тебе будут понятны его структура и логика изложения материала.

Работая с учебником, обращай внимание на выделенные в тексте слова — понятия и термины.

Для успешного усвоения знаний в учебнике предлагается дополнительный материал:



в рубрике **«На заметку»** даётся информация, расширяющая представления об изучаемом опасном природном явлении;



в рубрике **«Некоторые факты»** приводятся документальные сведения о происходивших стихийных бедствиях, необходимые статистические данные.

После каждой темы даются «Вопросы» и «Задания». Они помогут тебе проверить себя и понять, как ты усвоил прочитанный материал. Закрепить знания и приобрести необходимые навыки и умения тебе поможет рабочая тетрадь, которая издаётся вместе с учебником.

В конце учебника даны темы проектной деятельности и рекомендации, как их подготовить.

Продолжай создавать свой словарь по ОБЖ и записывать в него новые правила и понятия, и у тебя будет своя книга, которая может пригодиться в будущем.

При подготовке к занятиям обращайся к форзацам учебника.

Дополнительную информацию ты можешь найти на сайте: <http://www.window.edu.ru> → «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» → Раздел — Федеральные образовательные порталы → Единое окно доступа к образовательным ресурсам → Общее образование → Основы безопасности жизнедеятельности.

ОПАСНЫЕ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ И БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Глава 1

ОПАСНЫЕ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА И ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ ОТ ИХ ПОСЛЕДСТВИЙ

§ 1. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ И ЕДИНАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Чрезвычайная ситуация (ЧС) — это обстановка на определённой территории или акватории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которая может повлечь или повлекла за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности населения. Любые ЧС возникают не сразу, как правило, они развиваются постепенно из происшествий техногенного, социального или природного характера.

Чрезвычайные ситуации классифицируются по причинам возникновения, скорости распространения, по масштабу. По причинам возникновения различают ЧС: природные, техногенные, социальные, биологические, экологические.

В основе разделения ЧС по масштабу лежат размеры территории, где происходит ЧС, число пострадавших и величина ущерба.

Для борьбы с чрезвычайными ситуациями на всех уровнях государственной исполнительной власти созданы специальные органы управления, силы и средства. В масштабах страны их объединяет **Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**.

Защита населения является важнейшей задачей РСЧС, органов государственной власти, а также местного самоуправления всех уровней, руководителей всех учреждений (в том числе и школ) и предприятий.

К числу основных задач этой системы также отнесены:

- ✓ прогноз чрезвычайных ситуаций;
- ✓ сбор, обработка, обмен и выдача информации в области защиты населения;
- ✓ подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях;
- ✓ ликвидация чрезвычайных ситуаций;
- ✓ создание резервов финансовых и материальных ресурсов для ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Всё население нашей страны имеет право на защиту своей жизни, здоровья, а также имущества в случае возникновения чрезвычайной ситуации. Вместе с тем каждый человек должен сам заботиться о собственной безопасности, обязан участвовать в мероприятиях по защите и обучаться действиям в чрезвычайных ситуациях.

В результате практического опыта спасательных работ сложилась система мер защиты населения от различных ЧС:

- прогноз возможных чрезвычайных ситуаций и их последствий для населения;
- непрерывное наблюдение за состоянием окружающей среды (мониторинг);
- оповещение населения об угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации;
- эвакуация людей из опасных зон;
- подготовка к действиям в чрезвычайных ситуациях населения, руководителей предприятий и организаций, органов управления;
- проведение спасательных работ.

Специалисты отмечают опасную тенденцию увеличения количества природных катастроф. Сейчас они происходят чаще, чем 30 лет назад, и экономический ущерб, наносимый ими, возрастает. Год от года растёт число жертв от последствий опасных природных явлений. По данным ООН, только за последние 20 лет на нашей планете стихия унесла более 3 млн человеческих жизней.

Каждый из нас должен чётко представлять наиболее вероятные природные чрезвычайные ситуации. Знать их особенности и последствия. Обладать элементарными правилами поведения в той или иной ситуации. Всё это необходимо для того, чтобы в случае беды мы могли принять верное решение для выхода из сложившейся ситуации с наименьшими потерями.

Чрезвычайная ситуация природного происхождения — это неблагоприятная обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате опасного природного явления, которое может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности населения.

Источником природной чрезвычайной ситуации является опасное природное явление. Это может быть: землетрясение, извержение вулкана, оползень, обвал, сель, карст, эрозия, цунами, лавина, наводнение, сильный ветер, смерч, сильные осадки, засуха, заморозки, туман, гроза, природный пожар и т.д.

Не каждое опасное природное явление приводит к возникновению чрезвычайной ситуации. Она складывается только тогда, когда в результате природного явления возникает реальная угроза человеку и окружающей его среде и наступают опасные последствия.

Все опасные природные явления можно разделить на шесть больших групп в зависимости от их происхождения: геофизические, геологические, метеорологические (агрометеорологические), морские гидрологические, гидрологические, природные пожары. Подробнее они показаны на схеме «Опасные природные явления» (с. 11, 12).

Большинство опасных природных явлений взаимосвязаны. Например, землетрясения вызывают обвалы и оползни, сход селевых потоков, цунами, лавины. Многие ураганы и смерчи сопровождаются сильными ливнями, грозами и градом. Они часто влекут за собой техногенные аварии и катастрофы.

Опасные природные явления





На территории нашей страны случаются практически все опасные природные явления, а с некоторыми можно столкнуться при поездках в США, Индию, Египет и другие страны.

Вопросы и задания

1. Дайте определение чрезвычайной ситуации природного происхождения.
2. Когда опасное природное явление приводит к возникновению чрезвычайной ситуации? Приведите примеры.
3. Назовите основные задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
4. Внимательно изучите приведённые в параграфе блок-схемы опасных природных явлений и составьте подобные блок-схемы с опасными явлениями природы, характерными для вашей местности.
5. Какие техногенные и социальные проблемы могут сопровождать опасные природные явления?
6. Подготовьте краткое сообщение об опасных природных явлениях (их масштабах и последствиях), произошедших в вашем городе или населённом пункте за последние 2—3 года.
7. Свидетелями каких опасных природных явлений могут стать туристы в районах Северной Африки, на побережье Мексиканского залива, на островах Тихого и Индийского океанов?

§ 2. НАВОДНЕНИЯ И ПРИЧИНЫ ИХ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

Наводнения относятся к опасным гидрологическим явлениям. Во многих районах нашей планеты в последнее время довольно часто происходят катастрофические наводнения. В нашей стране они занимают первое место среди стихийных бедствий по площади распространения и наносимому материальному ущербу.



М.И. Пыляев (1842—1899), русский писатель, журналист, знаток русской старины, дал описание наводнения в XI в., когда уровень воды в Неве достиг 450—470 см: «С самых отдалённых времён, почти всё пространство земли, занимаемое Петербургом, покрывалось водой от 15 до 25 футов; так известно по летописям, что между 1060 и 1066 годами вода прилива покрывала всю нынешнюю окрестность города на 20—25 футов...» (Старый Петербург.

Рассказы из былой жизни столицы» (СПб., изд-во А.С. Суворина, 1887).

В 1128 году псковский летописец записал: «Бысть вода в Новгороде велика в Волхове потопи люди и жита и хоромы снесе».

О наводнении 1421 года сообщалось: «Бысть зима снежна вельми и много паде снегу и потом на весну бысть вода велика и сильна зело... И в домах своих много людей истопоша и много зла сотворилось в Великом Новгороде». Тогда были затоплены значительные части Пскова и Новгорода, снесло большой мост через Волхов, затопило много церквей и монастырей, где погибли старинные иконы и книги.

На территории России наводнения ежегодно угрожают более чем четырёмстам городам и нескольким тысячам других населённых пунктов. Вот некоторая хроника событий, связанная с наводнениями в нашей стране.

2004 г. В апреле в Алтайском крае наводнением было подтоплено около 3 тыс. жилых домов, из опасной зоны эвакуировано более 1000 человек.

В апреле на юге Кемеровской области в результате паводка пострадали многие населённые пункты. Всего в Кузбассе было подтоплено 6 тыс. домов, столько же — дачных и садовых участков. Пострадало около 10 тыс. человек. Наводнение нанесло большой ущерб, составивший, по оценкам, 700—750 млн рублей.



Наводнение в Москве в 1908 году