

Частное профессиональное образовательное учреждение
«СЕРПУХОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОТКРЫТЫЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ



Директор ЧПОУ «СГОК»
Т. В. Алексеева
« 30 » 08 2022 г.

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом
Протокол от « 30 » 08 2022 № 11

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности
(индекс и наименования дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

Специальность	54.02.08 Техника и искусство фотографии
Квалификация	Фототехник
Формы обучения	Очная, заочная

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 54.02.08 Техника и искусство фотографии утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. № 1547 (в редакции от 17 декабря 2020 г.), Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 (с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г., 11 декабря 2020 г.), Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.03.2015 № 06-259), учебными планами колледжа (очной, очно-заочной форм обучения) и рабочей программы данной учебной дисциплины.

Разработчик: Преподаватель Борзикова К.А.

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) обсуждены и одобрены на заседании Педагогического совета колледжа от «30» августа 2022 г. протокол №11.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Паспорт оценочных материалов	4
2. Система контроля и оценки освоения программы учебной дисциплины	6
3. Типовые задания для оценки освоения учебной дисциплины (текущий контроль)	10
4. Оценочные материалы для промежуточной аттестации по учебной дисциплине	38

1. ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ

1.1. Область применения

Оценочные материалы предназначены для проверки результатов освоения учебной дисциплины *Основы безопасности жизнедеятельности* программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППСЗ) по специальности СПО 54.02.08 Техника и искусство фотографии.

Оценочные материалы включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме *дифференцированного зачёта*.

Оценочные материалы разработаны на основании основной профессиональной образовательной программы по специальности СПО 54.02.08 Техника и искусство фотографии и рабочей программы учебной дисциплины *Основы безопасности жизнедеятельности*.

Содержание программы *ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности* направлено на достижение следующих **целей**:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Освоение содержания учебной дисциплины *Основы безопасности жизнедеятельности* обеспечивает достижение студентами следующих **результатов**:

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать

- обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
 - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
 - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
 - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
 - формирование установки на здоровый образ жизни;
 - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.
- **предметных:**
 - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
 - знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
 - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
 - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
 - знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
 - знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
 - знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
 - умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
 - знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
 - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен показать личностные результаты реализации программы воспитания:

- ЛР 01** Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.
- ЛР 02** Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.
- ЛР 03** Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.
- ЛР 10** Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

2. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Оценка уровня освоения дисциплины производится на основании промежуточной аттестации, в том числе по результатам текущего контроля.

Условием допуска обучающихся к промежуточной аттестации является выполнение всех работ по текущему контролю.

2.1. Формы и методы текущего контроля: устный опрос, письменный опрос (может быть проведен в форме тестирования), выполнение практических работ при проведении практических занятий, внеаудиторная самостоятельная работа, в том числе сообщение по теме или реферативное задание, или исследовательское задание, предусматривающее создание и защиту электронной презентации по теме, и т.п.

Устный опрос – контроль, проводимый после изучения материала по одному или нескольким темам (разделам) дисциплины в виде ответов на вопросы и обсуждения ситуаций.

Письменный опрос – контроль, предполагающий работу с поставленными вопросами, решением задач, анализом ситуаций, выполнением практических заданий по отдельным темам (разделам) курса. Письменный опрос может быть проведен в форме тестирования. Тесты – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру оценки уровня знаний и умений обучающихся. Если письменный опрос проводится в форме тестирования или компьютерного тестирования студенты должны внимательно прочитать задания теста и выполнить задание теста. Как правило, выбрать правильный ответ из предложенных вариантов. Максимальное время прохождения теста указывается в задании в зависимости от количества вопросов в тесте.

Комбинированный опрос – контроль, предусматривающий одновременное использование устной и письменной форм оценки знаний по одной или нескольким темам. Задания выполняются студентом в строгой последовательности без консультации преподавателя.

Выполнение практических работ оценивается правильность выполнения заданий по теме и степень самостоятельности обучающегося при выполнении заданий.

При проведении практических занятий может быть проведена **деловая или ролевая игра**. Деловая и/или ролевая игра – совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи, а также уровень сформированности компетенций (элемента компетенций).

Самостоятельная работа в виде сообщения по теме или реферативного задания, или исследовательского задания, предусматривающего создание и защиту электронной презентации по теме.

Сообщение по теме – контроль знаний по индивидуальным или групповым заданиям с целью проверки правильности их выполнения, умения обобщать пройденный материал и публично его представлять, проследить логическую связь между темами курса.

Реферативное задание является формой самостоятельной работы студентов. Реферат оформляется в бумажном варианте в соответствии с требованиями, предъявляемыми к оформлению курсовой работы. Реферат может сопровождаться электронной презентацией. Защита реферата проводится в устной форме в рамках учебных занятий.

Выполнение исследовательского задания, результатом которого выступает разработка **электронной презентации**, является формой самостоятельной работы студентов. Электронная презентация разрабатывается студентами индивидуально. Защита исследовательского задания с показом презентации проводится в устной форме в рамках учебных занятий. При подготовке выступления по презентации можно руководствоваться рекомендациями к подготовке защиты курсовой работы.

2.2. Критерии текущего контроля:

Критерии оценки устного или письменного опроса:

- «5» - Ответ полный, аргументированный
- «4» - Ответ требует дополнений
- «3» - Ответ раскрывает с наводящими вопросами
- «2» - Отказывается отвечать

Критерии оценки письменного опроса в форме тестовых заданий, практических работ при проведении практических занятий:

Процент результативности	Оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
91% - 100%	5	отлично
71% - 90%	4	хорошо
51% - 70%	3	удовлетворительно
0% - 50%	2	неудовлетворительно

Критерии оценки письменной практической работы:

- оценка «отлично» выставляется обучающемуся за работу, выполненную безошибочно, в полном объеме с учетом рациональности выбранных решений;
- оценка «хорошо» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в полном объеме с недочетами;
- оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в не полном объеме (не менее 50% правильно выполненных заданий от общего объема работы).
- оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в не полном объеме (менее 50% правильно выполненных заданий от общего объема работы).

Критерии оценки деловой игры:

- «5» - Полученные результаты полностью соответствуют поставленной цели. Проведен детальный анализ нормативных правовых и теоретических источников, решение всех вопросов, поставленных в сценарии деловой игры аргументировано.
- «4» - Полученные результаты полностью соответствуют поставленной цели. Проведен детальный анализ нормативных правовых и теоретических источников, решение вопросов деловой игры принято верно, но не аргументированно.
- «3» - Полученные результаты полностью соответствуют поставленной цели. Не проведен детальный анализ нормативных правовых и теоретических источников
- «2» - Полученные результаты не соответствуют поставленной цели

Критерии оценивания рефератов, сообщений

Оценка 5 - ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата, сообщения: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка 4 – основные требования к реферату, сообщению, и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата, сообщения; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка 3 – имеются существенные отступления от требований к оформлению реферата, сообщения. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата, сообщения или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка 2 – тема реферата, сообщения не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Оценка 1 – реферат или сообщение не представлен.

Критерии оценивания защиты презентаций

Оценка 5 - ставится, если выдержан объем презентации- 12-16 слайдов, тема раскрыта полностью, дизайн логичен и подчеркивает содержание, имеются постоянные элементы дизайна, графика соответствует теме, отсутствуют грамматические ошибки.

Оценка 4 – объем презентации выдержан, но тема раскрыта не полностью, имеются незначительные грамматические ошибки, дизайн соответствует содержанию, графика соответствует содержанию.

Оценка 3 - объем презентации выдержан, работа демонстрирует неполное понимание содержания, дизайн и графика случайные, есть грамматические ошибки, мешающие восприятию информации.

Оценка 2 – работа сделана фрагментарно, тема не раскрыта. Оценка 1 – презентация не представлена.

2.3. Критерии промежуточной аттестации

Для проведения промежуточной аттестации в форме экзамена (дифференцированного зачета) используются следующие критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал дисциплины, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами и вопросами, не затрудняется с ответами при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятые решения, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач;

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения;

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических задач;

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно.

Для проведения промежуточной аттестации в форме зачета используются следующие критерии оценки:

«Зачтено» выставляется, если ответ логически и лексически грамотно изложенный, содержательный и аргументированный ответ, подкрепленный знанием литературы и источников по теме задания, умение отвечать на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, периодическое использование разговорной лексики, допущение не более одной ошибки в содержании задания, а также не более одной неточности при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы; незначительное нарушение логики изложения материала, периодическое использование разговорной лексики при допущении не более двух ошибок в содержании задания, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неполные или неточные ответы на дополнительно заданные вопросы.

«Не зачтено» выставляется, если в ответе допущено существенное нарушение логики изложения материала, систематическое использование разговорной лексики, допущение не более двух ошибок в содержании задания, а также не более двух неточностей при аргументации своей позиции, неправильные ответы на дополнительно заданные вопросы; существенное нарушение логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение не более трех ошибок в содержании задания, а также не более трех неточностей при аргументации своей позиции, неправильные ответы на дополнительно заданные вопросы; полное отсутствие логики изложения материала, постоянное использование разговорной лексики, допущение более трех ошибок в содержании задания, а также более трех неточностей при аргументации своей позиции, полное незнание литературы и источников по теме вопроса, отсутствие ответов на дополнительно заданные вопросы.

При выполнении заданий в тестовой форме обычно используются следующие критерии оценки

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка уровня подготовки	
	балл (отметка)	вербальный аналог
91% - 100%	5	отлично
71% - 90%	4	хорошо
51% - 70%	3	удовлетворительно
0% - 50%	2	неудовлетворительно

Критерии оценивания выполнения практической работы:

– оценка «отлично» выставляется обучающемуся за работу, выполненную безошибочно, в полном объеме с учетом рациональности выбранных решений;

– оценка «хорошо» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в полном объеме с недочетами;

– оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в не полном объеме (не менее 50% правильно выполненных заданий от общего объема работы).

– оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся за работу, выполненную в не полном объеме (менее 50% правильно выполненных заданий от общего объема работы).

При решении комплексной ситуационной задачи можно использовать следующие критерии оценки:

«отлично»

- дается комплексная оценка предложенной ситуации;
- демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять;
- последовательное, правильное выполнение всех заданий;
- умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

«хорошо»

- дается комплексная оценка предложенной ситуации;
- демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять;
- последовательное, правильное выполнение всех заданий;
- возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя;
- умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

«удовлетворительно»

- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации;
- неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя;
- выполнение заданий при подсказке преподавателя;
- затруднения в формулировке выводов.

«неудовлетворительно»

- неправильная оценка предложенной ситуации;
- отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

3. ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ)

3.1 Примерные вопросы для тестирования по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности.

Тест 1.

1. Что вы понимаете под национальной безопасностью России?

- 1) Безопасность ее многонационального народа как носителя суверенитета и единственного источника власти в Российской Федерации.
- 2) Безопасность границ и территории Российской Федерации.
- 3) Безопасность национальной достояния Российской Федерации.

2. Укажите три типа угроз национальной безопасности России.

- 1) Внешние, внутренние, трансграничные.
- 2) Локальные, региональные, трансграничные.
- 3) Местные, федеральные, трансграничные.

3. Что включают в себя национальные интересы России?

- 1) Совокупность сбалансированных интересов личности, общества и государства в различных сферах государственной деятельности.
- 2) Совокупность сбалансированных интересов государственных органов власти и общественных организаций Российской Федерации.
- 3) Совокупность сбалансированных интересов государственных и коммерческих структур России.

4. Какие войска из перечисленных, не входят в состав Вооруженных Сил Российской Федерации, но наряду с ними участвуют в обороне государства?

- 1) Сухопутные войска.

- 2) Пограничные войска.
- 3) Военно-морской флот.
5. **Какие войска из перечисленных, согласно положений Международного военного права не участвуют в боевых действиях?**
 - 1) Войска связи.
 - 2) Войска военно-космической обороны.
 - 3) Войска гражданской обороны.
6. **Что означает знак в виде синего равнобедренного треугольника на фоне оранжевого прямоугольника, согласно положения Международного военного права?**
 - 1) «Гражданская оборона»
 - 2) «Медицинская служба»
 - 3) «Переговоры»
 - 4) «Культурные ценности»
7. **Укажите, какие мероприятия проводятся в Российской Федерации в целях обороны.**
 - 1) Установление воинской обязанности граждан
 - 2) Установление военно-транспортной обязанности организаций независимо от форм собственности
 - 3) Установление военно-транспортной обязанности граждан Российской Федерации
 - 4) Планирование применения в целях обороны военизированных формирований МЧС.
8. **Кто такой «Комбатант»?**
 - 1) Лицо, входящее в состав вооруженных сил и непосредственно участвующее в военных действиях.
 - 2) Командир батальона танковых войск.
 - 3) Лицо, входящее в состав вооруженных сил подчиненных совету безопасности Организации объединенных наций.
9. **Какое должностное лицо является верховным главнокомандующим вооруженными силами Российской Федерации?**
 - 1) Президент Российской Федерации.
 - 2) Министр обороны Российской Федерации.
 - 3) Генерал армии.
10. **Какие направления деятельности военнослужащего определяются «Уставом внутренней службы»?**
 - 1) Сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб.
 - 2) Общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними, обязанности основных должностных лиц, правила внутреннего порядка и другие вопросы повседневной жизни и быта подразделений и частей.
 - 3) Организация и порядок несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и военнослужащих, несущих эти службы, а также порядок проведения мероприятий в гарнизоне с участием подразделений и частей.
11. **Закрепление за военнослужащими вооружения и военной техники осуществляется после:**
 - 1) Приведения их к военной присяге.
 - 2) Изучения штатного вооружения и военной техники подразделения.
 - 3) Сдачи зачетов по знанию вооружения и военной техники.
 - 4) Прохождения курса общевоинской подготовки.
12. **Какое мероприятия по распорядку дня предусмотрено для военнослужащих срочной службы сразу после подъема?**

- 1) Завтрак.
- 2) Водные процедуры.
- 3) Зарядка.
- 4) Утренний осмотр.

13. На какой минимальный срок заключается первый контракт о прохождении военной службы с поступающими на воинские должности, для которых штатом предусмотрены воинские звания солдат, матросов, сержантов, старшин?

- 1) 1 год
- 2) 2 года
- 3) 3 года
- 4) 4 года
- 5) 5 лет

14. Установите правильную последовательность разборки автомата Калашникова. Запишите последовательность соответствующих номеров.

- 1) Вынуть пенал принадлежности из гнезда приклада.
- 2) Отделить шомпол.
- 3) Отделить затвор от затворной рамы.
- 4) Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.
- 5) Отделить магазин.
- 6) Отделить крышку ствольной коробки.
- 7) Отделить возвратный механизм.
- 8) Отделить затворную раму с затвором.

15. Что такое МЧС?

- 1) Федеральный орган исполнительной власти, проводящий государственную политику и осуществляющий управление в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, обеспечения пожарной безопасности, а также координирующий деятельность федеральных органов исполнительной власти в указанной области.
- 2) Федеральная служба защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- 3) Корпус спасателей.

16. Что включает в себя понятие «Гражданская оборона»?

- 1) Система мероприятий по переводу на военное положение Вооруженных Сил, экономики государства и органов государственной власти страны.
- 2) Система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- 3) Система мероприятий по объединению усилий федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления, а также организаций, учреждений и предприятий в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

17. Кем осуществляется общее руководство Гражданской обороной Российской Федерации?

- 1) Президентом Российской Федерации.
- 2) Правительством Российской Федерации.
- 3) Министром обороны.

18. Как называется комплекс мероприятий направленный на уничтожение (нейтрализацию) аварийно-химических опасных веществ (боевых отравляющих веществ) или удаление их с зараженной поверхности, местности, сооружений, одежды?

- 1) Дезактивация.

- 2) Дегазация.
- 3) Дезинфекция.
- 4) Вакцинация

19. Укажите установленный сигнал остановки поезда.

- 1) Вытянутая вверх рука
- 2) Кругообразное вращение рукой или каким-либо предметом
- 3) Поочерёдное поднимание и опускание рук или каких-либо предметов
- 4) Поднятые на уровень плеч и вытянутые в разные стороны руки

20. Как должен поступить пешеход, вышедший на проезжую часть и не успевший закончить переход?

- 1) Остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений
- 2) Быстрым шагом (бегом) закончить переход
- 3) Вернуться назад
- 4) Поднять вверх руку, привлекая внимание водителей, и уверенно продолжить переход

21. Как называется комплекс мероприятий, направленных на предупреждение попадания микроорганизмов в рану?

- 1) Антисептика
- 2) Асептика
- 3) Вакцинация
- 4) Дезинфекция

22. Как называется комплекс мероприятий направленный на удаление радиоактивных веществ с заражённой территории, с поверхности зданий, сооружений, техники, одежды, средств индивидуальной защиты, воды, продовольствия?

- 1) Дезактивация.
- 2) Дегазация.
- 3) Дезинфекция.
- 4) Вакцинация

23. От какого вещества не защищает противогаз марки ГП-5?

- 1) Угарный газ
- 2) Аммиак
- 3) Хлор
- 4) Зарин

24. Что означает понятие «Военное время»?

- 1) Период фактического нахождения государства в состоянии войны. Характеризуется существенными изменениями во всех сферах жизни государства и межгосударственных отношений, введением законов военного времени.
- 2) Период применением средств вооруженной борьбы для разрешения политических, национально-этнических, религиозных, территориальных и других противоречий.
- 3) Особый правовой режим в стране или отдельной ее части, устанавливаемый решением высшего органа власти при исключительных обстоятельствах, выражается в расширении полномочий военных властей, возложении на граждан ряда дополнительных обязанностей и определенных ограничений.

25. Какими огнетушителями можно тушить возгорание электрошита с напряжением до 1000В?

- 1) Кислотно-пенным.
- 2) Углекислотным.
- 3) Водным.
- 4) Воздушно-пенным.

26. Что означает желтый сигнал светофора?

- 1) Запрещает движение
- 2) Разрешает движение

- 3) Предупреждает о предстоящей смене сигналов
 - 4) Разрешает движение и информирует о наличии нерегулируемого перекрестка
- 27. Какие характеристики применимы к противогазу ГП-7В?**
- 1) Бескоробочный.
 - 2) Малого габарита.
 - 3) Неразборное переговорное устройство.
 - 4) Оборудован устройством для приема воды на заражённой местности.
- 28. Укажите законодательно установленные режимы функционирования Российской системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС).**
- 1) Повседневной деятельности, повышенной готовности, чрезвычайной ситуации.
 - 2) Постоянной готовности, усиленной готовности, повышенной готовности.
 - 3) Сбор информации, повышенной готовности, чрезвычайной ситуации.
- 29. Установите правильную последовательность одевания общевойскового защитного комплекта в виде «Плащ в рукава». Запишите последовательность соответствующих номеров.**
- 1) завязать обе тесьмы чулок на пояском ремне
 - 2) надеть перчатки
 - 3) надеть капюшон
 - 4) застегнуть плащ
 - 5) надеть плащ в рукава
 - 6) надеть чулки
 - 7) застегнуть хлястики чулок
 - 8) перевести в боевое положение противогаз
- 30. На какие группы подразделяются помещения в защитном сооружении?**
- 1) Основные и технологические.
 - 2) Основные и вспомогательные.
 - 3) Спальные и технологические.
 - 4) Основные и дополнительные.
- 31. Какое количество воды положено человеку в сутки, в защитном сооружении, при режиме полной автономии?**
- 1) 5 литров.
 - 2) 3 литра.
 - 3) 4 литра.
 - 4) 2 литра.
- 32. Укажите явные признаки венозного кровотечения.**
- 1) Кровь вытекает пульсирующей струей
 - 2) Кровь имеет алый цвет
 - 3) Кровь темно-красного или бордового цвета и льется из раны непрерывно и равномерно.
 - 4) Сильная боль в поврежденной части тела.
- 33. В каких случаях для остановки кровотечения накладывается кровоостанавливающий жгут?**
- 1) При венозном кровотечении.
 - 2) При внутреннем кровотечении.
 - 3) При артериальном кровотечении.
 - 4) Во всех перечисленных случаях.
- 34. На какое максимальное допустимое время накладывается кровоостанавливающий жгут?**
- 1) 1 час летом, 2 часа зимой.
 - 2) 2 часа летом и зимой.
 - 3) 1 час летом и зимой.
 - 4) 2 часа летом, 1 час зимой.
- 35. Как относительно раны накладывается кровоостанавливающий жгут?**
- 1) Выше раны не менее 5 сантиметров

- 2) Ниже раны не более 10 сантиметров
- 3) Ниже раны не более 5 сантиметров.
- 4) Накладывается на рану.

36. В каких случаях для остановки кровотечения накладывається давящая повязка?

- 1) При венозном кровотечении.
- 2) При внутреннем кровотечении.
- 3) При артериальном кровотечении.
- 4) При артериальном и венозном кровотечении.

37. Что вы понимаете под «Первой медицинской помощью»?

- 1) Определение признаков жизни и проведение сердечно-легочной реанимации.
- 2) Комплекс мероприятий, направленный на сохранение жизни, уменьшение страданий и уменьшение отрицательных последствий для здоровья пострадавших в ЧС.
- 3) Оценка обстановки и вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь по закону или специальному правилу.

38. В каких случаях первая медицинская помощь оказывается без согласия пострадавшего?

- 1) Пострадавший совершил общественно опасное деяние.
- 2) Пострадавший достиг возраста 65 лет.
- 3) Пострадавший находится в алкогольном опьянении.

Ответы на тестовые вопросы:

Номер вопроса	Номер ответа или последовательность действий
1.	1
2.	1
3.	1
4.	2
5.	3
6.	1
7.	1
8.	1
9.	1
10.	2
11.	1
12.	3
13.	3
14.	51267834
15.	1
16.	2
17.	2
18.	2
19.	2
20.	1
21.	1
22.	1
23.	1
24.	1
25.	2
26.	3
27.	4
28.	1
29.	67158423

30.	2
31.	2
32.	3
33.	3
34.	3
35.	1
36.	1
37.	2
38.	1

Тест 2.

1. Как называется наружная оболочка земли?

- А) биосфера+
- Б) гидросфера
- В) атмосфера
- Г) литосфера

2. Биосфера, преобразованная хозяйственной деятельностью человека – это?

- А) ноосфера
- Б) техносфера+
- В) атмосфера
- Г) гидросфера

3. Целью БЖД является?

- А) сформировать у человека сознательность и ответственность в отношении к личной безопасности и безопасности окружающих
- Б) защита человека от опасностей на работе и за её пределами+
- В) научить человека оказывать самопомощь и взаимопомощь
- Г) научить оперативно ликвидировать последствия ЧС

4. Что такое ноосфера?

- А) биосфера, преобразована хозяйственной деятельностью человека
- Б) верхняя твёрдая оболочка земли
- В) биосфера, преобразована научным мышлением и её полностью реализует человек+
- Г) наружная оболочка земли

5. Какая из оболочек земли выполняет защитную функцию от метеоритов, солнечной энергией и гамма-излучения?

- А) гидросфера
- Б) литосфера
- В) техносфера
- Г) атмосфера+

6. Водяной пар в атмосфере играет роль фильтра от:

- А) солнечная радиация+
- Б) метеориты
- В) гамма-излучение
- Г) солнечная энергия

7. Сколько функций БЖД существует?

- А) 2
- Б) 1
- В) 3+

Г) 5

8. Разносторонний процесс человеческих условий для своего существования и развития – это?

- А) жизнедеятельность
- Б) деятельность+
- В) безопасность
- Г) опасность

9. Безопасность – это?

- А) состояние деятельности, при которой с определённой имоверностью исключается проявление опасности+
- Б) разносторонний процесс создания человеческим условием для своего существования и развития
- В) сложный биологический процесс, который происходит в организме человека и позволяет сохранить здоровье и работоспособность
- Г) центральное понятие БЖД, которое объединяет явления, процессы, объекты, способные в определённых условиях принести убытие здоровью человека

10. Как называется процесс создания человеком условий для своего существования и развития?

- А) опасность
- Б) жизнедеятельность
- В) безопасность
- Г) деятельность+

11. Какие опасности относятся к техногенным?

- А) наводнение
- Б) производственные аварии в больших масштабах+
- В) загрязнение воздуха
- Г) природные катаклизмы

12. Какие опасности классифицируются по происхождению?

- А) антропогенные+
- Б) импульсивные
- В) кумулятивные
- Г) биологические

13. По времени действия негативные последствия опасности бывают?

- А) смешанные
- Б) импульсивные+
- В) техногенные
- Г) экологические

14. К экономическим опасностям относятся?

- А) природные катаклизмы
- Б) наводнения
- В) производственные аварии
- Г) загрязнение среды обитания+

15. Опасности, которые классифицируются согласно стандартам:

- А) биологические+
- Б) природные
- В) антропогенные

Г) экономические

16. Состояние, при котором потоки соответствуют оптимальным условиям взаимодействия – это?

- А) опасное состояние
- Б) допустимое состояние
- В) чрезвычайно – опасное состояние
- Г) комфортное состояние+

17. Сколько аксиом науки БЖД вы знаете?

- А) 10
- Б) 5
- В) 7+
- Г) 4

18. Состояние, при котором потоки за короткий период времени могут нанести травму, привести к летальному исходу?

- А) опасное состояние
- Б) чрезвычайно опасное состояние+
- В) комфортное состояние
- Г) допустимое состояние

19. В скольких процентах причин аварии присутствует риск в действии или бездействии на производстве?

- А) 70%
- Б) 50%
- В) 90%+
- Г) 100%

20. Какое желаемое состояние объектов защиты?

- А) безопасное+
- Б) допустимое
- В) комфортное
- Г) опасное

21. Низкий уровень риска, который не влияет на экологические или другие показатели государства, отрасли, предприятия – это?

- А) индивидуальный риск
- Б) социальный риск
- В) допустимый риск+
- Г) безопасность

22. Гомеостаз обеспечивается:

- А) гормональными механизмами
- Б) нейрогуморальными механизмами
- В) барьерными и выделительными механизмами
- Г) всеми механизмами перечисленными выше+

23. Анализаторы – это?

- А) подсистемы ЦНС, которые обеспечивают в получении и первичный анализ информационных сигналов+
- Б) совместимость сложных приспособительных реакций живого организма, направленных на устранение действия факторов внешней и внутренней среды, нарушающих относительное динамическое постоянство внутренней среды организма

- В) совместимость факторов способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека
- Г) величина функциональных возможностей человека

24. К наружным анализаторам относятся:

- А) зрение+
- Б) давление
- В) специальные анализаторы
- Г) слуховые анализаторы+

25. К внутренним анализаторам относятся:

- А) специальные+
- Б) обонятельные
- В) болевой
- Г) зрение

26. Рецептор специальных анализаторов:

- А) кожа
- Б) нос
- В) мышцы
- Г) внутренние органы+

27. Рецепторы анализатора давления:

- А) внутренние органы
- Б) кожа
- В) мышцы+
- Г) нос

28. Сколько функций реализуется в анализаторе зрения?

- А) 2
- Б) 3+
- В) 5
- Г) 4

29. Контрастная чувствительность – это функция анализатора:

- А) слухового
- Б) специального
- В) зрения+
- Г) температурного

30. При помощи слухового анализатора человек воспринимает:

- А) до 20% информации
- Б) до 10% информации+
- В) до 50% информации
- Г) до 30% информации

31. Способность быть готовым к восприятию информации в любое время – это особенность:

- А) анализатора зрения
- Б) анализатора обоняния
- В) болевого анализатора
- Г) анализатора слуха+

- 32. Возможность воспринимать форму, размер и яркость рассматриваемого предмета свойственна:**
- А) специальному анализатору
 - Б) анализатору зрения+
 - В) анализатору слуха
 - Г) анализатору обонянию
- 33. Анализатор обоняния предназначен:**
- А) для восприятия человеком любых запахов+
 - Б) для способности устанавливать места нахождения источника звука
 - В) способность быть готовым к восприятию информации в любое время
 - Г) контрастная чувствительность
- 34. Сколько видов элементарных вкусовых ощущений выделяется:**
- А) 3
 - Б) 4+
 - В) 2
 - Г) 1
- 35. Сколько групп реализует психическая деятельность человека?**
- А) 3+
 - Б) 4
 - В) 2
 - Г) 1
- 36. Что относится к психическому раздражению?**
- А) рассеянность, резкость, воображение
 - Б) грубость, мышление, резкость
 - В) мышление, грубость, воображение
 - Г) рассеянность, резкость, грубость+
- 37. К психическим процессам относятся:**
- А) память и воображение, моральные качества
 - Б) характер, темперамент, память
 - В) память, воображение, мышление+
 - Г) резкость, грубость, рассеянность
- 38. К психическим свойствам личности относятся:**
- А) характер, темперамент, моральные качества+
 - Б) память, воображение, мышление
 - В) рассеянность, резкость, грубость
 - Г) характер, память, мышление
- 39. При наших потребностях имеет большие значения экологическая чистота воды, воздуха, продуктов питания?**
- А) сексуальные потребности
 - Б) материально-энергетические+
 - В) социально-психические
 - Г) экономические
- 40. Пространственный комфорт – это?**
- А) потребность в пище, кислороде, воде
 - Б) потребность в общении, семье
 - В) необходимость в пространственном помещении+

Г) достигается за счёт температуры и влажности помещения

41. Что обеспечивает защищённость человека от стресса?

- А) пространственный комфорт+
- Б) тепловой комфорт
- В) социально-психические потребности
- Г) экономические потребности

42. Необходимость в пространственном минимуме:

- А) 0.5 га
- Б) 0.9 га
- В) 1 га
- Г) 0.7 га+

43. Оптимальное сочетание параметров микроклимата в зонах деятельности и отдыха человека:

- А) комфорт+
- Б) среда жизнедеятельности
- В) допустимые условия
- Г) тепловой комфорт

44. Что такое совместимость факторов способных оказывать прямое или косвенное воздействие на деятельность человека, его здоровье и потомство?

- А) деятельность
- Б) жизнедеятельность
- В) безопасность
- Г) среда жизнедеятельности+

45. Работоспособность характеризуется:

- А) количеством выполнения работы
- Б) количеством выполняемой работы
- В) количеством и качеством выполняемой работы
- Г) количеством и качеством выполняемой работы за определённое время+

46. Сколько фаз работоспособности существует?

- А) 3+
- Б) 2
- В) 1
- Г) 4

47. Первая фаза работоспособности:

- А) высокой работоспособности
- Б) утомление
- В) вработывания+
- Г) средней работоспособности

48. Продолжительность фазы высокой работоспособности:

- А) 1-2,5 г
- Б) 2-3,5 г+
- В) 3,5-4 г
- Г) 1-3,5 г

49. Какой фазы работоспособности не существует?

- А) утомление

- Б) высокой работоспособности
- В) средней работоспособности+
- Г) вработывание

50. Продолжительность фазы вработывания:

- А) 1-2,5 г+
- Б) 3,5-4 г
- В) 2-3,5 г
- Г) 1-3,5 г

51. Переохлаждение организма может быть вызвано:

- А) повышения температуры
- Б) понижением влажности
- В) при уменьшении теплоотдачи
- Г) при понижении температуры и увеличении влажности+

52. К биологическим источникам загрязнения гидросферы относятся:

- А) органические микроорганизмы, вызывающие брожение воды+
- Б) микроорганизмы, изменяющие химический состав воды
- В) микроорганизмы, изменяющие прозрачность воды
- Г) пыль, дым, газы

53. К химическим источникам загрязнения гидросферы относятся:

- А) предприятия пищевой, медико-биологической промышленности
- Б) нефтепродукты, тяжелые металлы+
- В) сброс из выработок, шахт, карьеров
- Г) пыль, дым, газы

54. Сбросы из выработок, шахт, карьеров, смывы с гор:

- А) изменяют прозрачность воды+
- Б) изменяют химический состав воды
- В) вызывают брожения воды
- Г) относятся к антропогенным загрязнениям

55. Какие предприятия наиболее опасны при загрязнении почвенного покрова?

- А) предприятия пищевой промышленности
- Б) предприятия медико-биологической промышленности
- В) предприятия цветной и чёрной металлургии+
- Г) предприятия бумажной промышленности

56. Радиус загрязнения предприятий цветной и чёрной металлургии:

- А) до 50 км.+
- Б) до 100 км.
- В) до 10 км.
- Г) до 30 км.

57. Радиус загрязнения выбросов мусоросжигающих заводов и выбросов ТЭУ:

- А) до 50 км.
- Б) до 5 км.+
- В) до 100 км.
- Г) до 20 км.

58. Неожиданное освобождение потенциальной энергии земных недр, которая принимает форму ударных волн?

- А) землетрясение+
- Б) оползни
- В) ураган
- Г) смерч

59. Из скольких баллов состоит шкала измерения силы землетрясения:

- А) 9
- Б) 10
- В) 12+
- Г) 5

60. Землетрясения во сколько баллов не представляет особой опасности?

- А) 7
- Б) 1-6+
- В) 8
- Г) 9

61. При скольких баллах землетрясения появляются трещины в земле поре до 10 см. большие горные обвалы?

- А) 8
- Б) 7
- В) 10
- Г) 9+

62. При землетрясении в 11 баллов наблюдается:

- А) трещины в грунте
- Б) горные обвалы
- В) катастрофа, повсеместные разрушений зданий изменяется уровень грунтовых вод+
- Г) трещины в земной коре до 1 метра

63. Смещение вниз под действием силы тяжести больших грунтовых масс, которые формируют склоны, реки, горы, озёра – это?

- А) оползни+
- Б) землетрясения
- В) схождения снежных лавин
- Г) смерч

64. Оползни могут привести и:

- А) появление трещин в грунте
- Б) горным обвалом
- В) изменению уровня грунтовых вод
- Г) повреждение трубопроводов, линий электропередач+

65. К опасностям литосфере относятся:

- А) ураган
- Б) смерч
- В) землетрясение+
- Г) наводнение

66. Ураган относится к опасностям в:

- А) литосфере
- Б) атмосфере+
- В) не относится к опасностям
- Г) гидросфере

67. Циклон, в центре котором очень низкое давление, а ветер имеет большую скорость и разрушающую силу – это:

- А) ураган+
- Б) сходжение снежных лавин
- В) смерч
- Г) оползни

68. Из скольких баллов состоит шкала измерения силы урагана?

- А) 9
- Б) 7
- В) 12 +
- Г) 10

69. При скольких баллах ураган не представляет особой опасности?

- А) 1-6 +
- Б) 7
- В) 9
- Г) 10

70. Ураган в 7 баллов характеризуется:

- А) необычайно сильный, ветер ломает толстые деревья
- Б) очень сильный, людям тяжело двигаться против ветра+
- В) шторм, ветер сносит лёгкие строения
- Г) сильный шторм, ветер валит крепкие дома

71. Что относится к опасностям в гидросфере?

- А) сильные заносы и метели
- Б) наводнения+
- В) сходжения снежных лавин
- Г) оползни

72. При наших опасностях человек теряет возможность ориентироваться, теряет видимость?

- А) ураган
- Б) землетрясение
- В) снежные заносы и метели+
- Г) оползни

73. Выберите верное утверждение:

- А) шторм, ветер сносит лёгкие строения – землетрясение в 7 баллов
- Б) необычайно сильный, ветер ломает толстые стволы – ураган в 10 баллов
- В) очень сильное, рушатся отдельные дома – землетрясение в 8 баллов
- Г) сильный шторм, ветер вырывает с корнем деревья, валит крепкие дома – ураган в 10 баллов+

74. Область пониженного давления в атмосфере – это:

- + А) Циклон
- Б) Антициклон
- В) Торнадо

75. Выходить из зоны химического заражения следует:

- А) По направлению ветра
- Б) Навстречу потоку ветра
- + В) Перпендикулярно направлению ветра

76. Опасные экстремальные условия труда характеризуются

- А) уровнем загрязнения на рабочем месте
- Б) количеством рисков потенциальной опасности
- + В) уровнем производственных факторов, создающих угрозу для жизни

77. Опасные экстремальные условия труда характеризуются

- А) уровнем загрязнения на рабочем месте
- Б) количеством рисков потенциальной опасности
- + В) уровнем производственных факторов, создающих угрозу для жизни

78. Поражающее действие ультразвук оказывает при интенсивности в:

- + 121 Дб и более.
- 80 Дб.
- 70 Дб и менее.
- 100 Дб и более.

79. Гомосфера – это:

- + Слой атмосферы, в котором собираются все газовые компоненты в постоянном, стабильном отношении друг к другу.
- Второе название атмосферы.
- Литосфера и атмосфера вместе.

80. Опасные зоны характеризуются:

- + Небезопасным нахождением на их территории.
- Чисто формальным обозначением.
- Реальной опасностью радиации.

81. К защитным сооружениям ГО относятся:

- Лесополосы.
- Леса.
- Подвалы.
- Овраги.
- + Жилые помещения.

Тест 3.

1. Как называется повреждение кожи и тканей вследствие воздействия высокой температуры:

- а) отравлением газом
- б) термическим ожогом +
- в) тепловым ударом

2. Что не запрещается при укусах змей:

- а) обрабатывать рану 5% – м раствором йода, спиртом одеколоном +
- б) прижигать место укуса огнем
- в) разрезать рану на месте укуса

3. При работе с ртутью не следует использовать:

- а) полиэтиленовые перчатки
- б) обувь с гладкими подошвами
- в) халаты открытого типа +

4. Четвертой степенью обморожения является:

- а) некроз тканей +
- б) появление на коже небольших пузырей
- в) покраснение и припухлость кожи

5. Возбудителей инфекционных заболеваний нельзя охарактеризовать:

- а) пидемичностью
- б) токсичностью
- в) социально – экономическими процессами +

6. Как называется система мер, направленных на полную изоляцию очага инфекционного заболевания:

- а) инкубационный период
- б) карантин +
- в) эпидемия

7. Для борьбы против бактериальных и грибковых заболеваний используется эта группа пестицидов:

- а) инсектициды
- б) гербициды
- в) фунгициды +

8. Мерой предосторожности по борьбе со СПИДом не является:

- а) использование халата закрытого типа +
- б) использование презервативов при половом контакте
- в) воздержание от случайных половых связей

9. Тектоническим бедствием не является:

- а) землетрясение
- б) извержение вулкана
- в) пожар +

10. Видом наркотических веществ не является:

- а) канабиониды
- б) ядохимикаты +
- в) опианты

11. Быстрота и возникновение наркотической зависимости не обусловлена:

- а) частотой употребления наркотических веществ
- б) полом человека
- в) возрастом и весом человека +

12. Пешеходные переходы не бывают:

- а) наземными
- б) внеземными +
- в) подземными

13. Велосипедистам не запрещается:

- а) управление велосипедом без шлема +
- б) во время движения держаться за другое транспортное средство
- в) двигаться по тротуарам и пешеходным дорожкам

14. Спасательный круг должен быть окрашен в этот цвет:

- а) зелёный

- б) красный +
- в) синий

15. Травмирующим фактором в салоне автомобиля при движении не является:

- а) наличие багажа в багажном отделении +
- б) вероятность передвижения сиденья внутри салона
- в) наличие лишних пассажиров

3.2 Примерные вопросы для устного (письменного) опроса по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности.

1. Значение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».
2. Опасная и экстремальная ситуация: общие черты и отличия.
3. ЗОЖ, понятие, основные составляющие, значение для человека.
4. Здоровье как основа безопасного существования индивида, понятие «здоровье», компоненты здоровья.
5. Двигательная активность и закаливание как основа здорового образа жизни подростков.
6. Закономерности, нормы и значение рационального питания.
7. Режим дня и биологические ритмы. Законодательные акты, регламентирующие режим труда и отдыха.
8. Влияние окружающей среды и её загрязнения на организм человека.
9. Вредные привычки: классические и нестандартные.
10. Влияние алкоголя на организм человека, опасность алкогольной зависимости для подростков.
11. Курение. Механизм и последствия возникновения никотинизма, состав табачного дыма.
12. Наркомания как социальная болезнь. История возникновения наркомании. Социальные и личностные последствия.
13. Причины возникновения вредных привычек, способы избавления от зависимости, последствия.
14. Репродуктивное здоровье: составляющие, функции, способы поддержания.
15. Взаимоотношения в семье как основа здорового образа жизни.
16. Законодательные акты, регламентирующие нормы семейного права в РФ.
17. ЗППП, виды, профилактика. СПИД – чума XXI века.
18. Основные аспекты и значение планирования семьи.
19. Чрезвычайная ситуация: характеристика, классификация, причины возникновения.
20. Чрезвычайные ситуации техногенного и природного характера.
21. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации.
22. МЧС России: история создания, структура, характеристика деятельности в условиях ЧС.
23. Роспотребнадзор: структура и функции.
24. Деятельность единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС.
25. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: структура и значение Полиции РФ, Службы скорой медицинской помощи.

3.3 Примерные вопросы для устного (письменного) опроса по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности (по темам).

Тема: Введение

1. В чём заключается актуальность изучения дисциплины «ОБЖ» в XXI веке?
2. Что такое биосфера? Техносфера? Ноосфера?
3. Что такое среда обитания? Какие условия необходимо соблюдать, чтобы жить в гармонии с окружающей средой?
4. В чём отличие опасной или экстремальной ситуации? Приведите примеры каждой группы.
5. Что такое риск, опасность, безопасная ситуация для человека?

6. С какими опасностями Вы может столкнуться в образовательном учреждении?
7. С какими опасностями Вы может столкнуться входе реализации Вашей будущей профессиональной деятельности?
8. Что понимают под понятиями «безопасный тип поведения личности», «безопасное мышление»?
9. С какими дисциплинами, науками в рамках курса «ОБЖ» можно выделить межпредметные связи?
10. Что такое «экологическая культура», «экологическое мышление», «экологическое поведение»?

Тема: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1. Что такое здоровье? Какие составляющие здоровья можно выделить?
2. Что понимают под здоровым образом жизни? Какие компоненты ЗОЖ можно выделить?
3. В чем заключается значение двигательной активности для человека?
4. Что такое режим дня?
5. Есть ли общие биологические ритмы у человека и живых организмов?
6. Как окружающая среда может влиять на здоровье человека?
7. Что такое загрязнение? Какие виды и формы загрязнений окружающей среды можно выделить?
8. Что такое привычка? Чем характеризуются вредные привычки?
9. Что позволяет человеку справиться с вредными привычками?
10. Как радиоактивное излучение влияет на репродуктивное здоровье человека?
11. Как никотинизм и алкоголизм влияют на репродуктивную функцию женского организма?
12. Почему «пассивное» курение опаснее «активного»?
13. Каков механизм возникновения зависимости от табака?
14. В чем заключается роль Конвенции ООН «О правах ребёнка»?
15. Какие нормативно-правовые акты регулируют основы семейного права в РФ?
16. Какие права и обязанности есть у родителей в РФ?

Тема: Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Что такое чрезвычайная ситуация? Авария? Катастрофа? Стихийное бедствие?
2. По каким критериям классифицирую чрезвычайные ситуации?
3. Какие наиболее распространённые чрезвычайные ситуации встречаются в вашем регионе? С какими ЧС вам приходилось сталкиваться в быту, в повседневной жизни?
4. Как необходимо действовать населению при получении сигнала о возникновении ЧС?
5. Какие службы принимают участие в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
6. Что такое мониторинг? Мониторинг окружающей среды? Мониторинг чрезвычайных ситуаций?
7. Какие действия необходимо предпринять обучающимся при получении сигнала о возникновении ЧС в учебном учреждении?
8. На какие принципы опирается деятельность ЕГСПр и ЛЧС?
9. Какую структуру имеет ЕГСПр и ЛЧС? Каковы её функции?
10. Что представляет собой гражданская оборона? Какую структуру она имеет?
11. Что такое средства индивидуальной защиты населения? Как и когда они должны применяться?

Тема: Основы обороны государства и воинская обязанность

1. Какие военные реформы были приняты Иваном Грозным, Петром Великим?
2. Какие военные реформы были приняты в России после 1917 года?
3. Какие воинские уставы сейчас существуют в РФ?
4. Какие силы и рода войск в РФ можно выделить на данный момент времени?
5. Что такое строевая подготовка?

6. Что такое огневая подготовка?
7. Какие части выделяют в автомате Калашникова?
8. Какие части выделяют в пистолете Макарова?

Тема: Медико-санитарная подготовка

1. В чём заключается первая медицинская помощь (ПМП)? В каких случаях она оказывается?
2. В каких случаях оказание ПМП противопоказано?
3. Чем опасны открытые раны?
4. Как трансформируется ПМП при различных видах кровотечений?
5. Какое из видов кровотечений самое опасное? Почему?
6. Как необходимо транспортировать пострадавшего при подозрении на перелом позвоночника?
7. Как необходимо транспортировать пострадавшего с черепно-мозговой травмой?
8. Как необходимо транспортировать пострадавшего с ожогами?
9. Какой процент ожогов является критическим для взрослого человека? Для ребёнка?
10. Какие факторы вызывают остановку дыхания, остановку сердца?

3.4 Примерные вопросы для устного (письменного) опроса по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности (по вариантам).

Вариант 1

1. Значение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».
2. Курение. Механизм и последствия возникновения никотинизма, состав табачного дыма.
3. Как стоит поступить, если вы заблудились в лесу?
4. В здании начался пожар. Ваши действия?
5. В чём, на Ваш взгляд, опасность ЗППП? Как их избежать?

Вариант 2

1. Опасная и экстремальная ситуация: общие черты и отличия.
2. Основные аспекты и значение планирования семьи.
3. Какие меры необходимо предпринять населению при угрозе или аварии на ядерной электростанции?
4. Укажите негативные последствия, связанные с зависимостью от социальных сетей.
5. В чём, по Вашему мнению, заключается понятие «семья»? По каким критериям классифицируют семьи?

Вариант 3

1. ЗОЖ, понятие, основные составляющие, значение для человека.
2. ЗППП, виды, профилактика. СПИД – чума XXI века.
3. Как поступить в случае нападения с целью ограбления?
4. Составьте схему «Классификация ЧС», приведите примеры.
5. Какие опасные ситуации могут возникнуть в образовательном учреждении?

Вариант 4

1. Здоровье как основа безопасного существования индивида, понятие «здоровье», компоненты здоровья.
2. Чрезвычайная ситуация: характеристика, классификация, причины возникновения.
3. Какие меры стоит предпринять при приближающемся урагане?
4. Что необходимо предпринять, если в помещении разбился ртутный градусник?
5. Охарактеризуйте проблему аборт, выразите своё мнение по отношению к данной проблеме.

Вариант 5

1. Двигательная активность и закаливание как основа здорового образа жизни подростков.
2. Чрезвычайные ситуации техногенного и природного характера.

3. На станции метро возникло задымление, о чём было оповещено по громкой связи. У пассажиров началась паника. Как не стать «жертвой толпы»?
4. Приведите примеры из литературных произведений, кинофильмов, в которых описываются случаи возникновения ЗППП из-за безнравственного поведения персонажей.
5. Почему, на Ваш взгляд, необходимо придерживаться основ рационального питания?

Вариант 6

1. Закономерности, нормы и значение рационального питания.
2. Репродуктивное здоровье: составляющие, функции, способы поддержания.
3. Как поступить в случае возникновения террористической угрозы?
4. Назовите и опишите две чрезвычайные ситуации природного характера согласно плану: 1) источник угрозы; 2) последствия; 3) правильные действия при ЧС.
5. В чём, на Ваш взгляд, заключается отличие вредной привычки от просто привычки? Что может заставить человека «отказаться» от негативных привычек?

Вариант 7

1. Режим дня и биологические ритмы. Законодательные акты, регламентирующие режим труда и отдыха.
2. Деятельность единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС.
3. По каким признакам можно определить стороны света и направление движения в условиях автономной ситуации?
4. Перечислите алгоритм действий в случае алкогольного отравления.
5. С какой целью создаются центры планирования семьи? Почему данная проблема настолько актуальна в наши дни?

Вариант 8

1. Влияние окружающей среды и её загрязнения на организм человека.
2. Наркомания как социальная болезнь. История возникновения наркомании. Социальные и личностные последствия.
3. Если при возвращении домой, вы обнаружили дверь в квартиру открытой, какими будут ваши действия?
4. Назовите и опишите две чрезвычайные ситуации техногенного характера согласно плану: 1) источник угрозы; 2) последствия; 3) правильные действия при ЧС.
5. Какие функции выполняет семья как социальная группа? Какие из них Вы считаете наиболее важными, почему?

Вариант 9

1. Влияние алкоголя на организм человека, опасность алкогольной зависимости для подростков.
2. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации.
3. Как влияет загрязнение атмосферы на здоровье человека?
4. Перечислите последствия аварии на химическом предприятии.
5. Почему возникновение нежелательной беременности чаще встречается в подростковой среде?

Вариант 10

1. Причины возникновения вредных привычек, способы избавления от зависимости, последствия.
2. МЧС России: история создания, структура, характеристика деятельности в условиях ЧС.
3. Составьте схему «Структура ЗОЖ».
4. Перечислите функции семьи, опишите роль семьи в профилактике репродуктивного здоровья населения.
5. Какие опасности могут возникнуть в ходе вашей будущей профессиональной деятельности?

Вариант 11

1. Взаимоотношения в семье как основа здорового образа жизни.
2. Роспотребнадзор: структура и функции.

3. Приведите примеры опасных и экстремальных ситуаций.
4. Составьте схему «Виды закалывания».
5. С какими причинами, на Ваш взгляд, связано возникновение вредных привычек у человека?

Вариант 12

1. Вредные привычки: классические и нестандартные.
2. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: структура и значение Полиции РФ, Службы скорой медицинской помощи.
3. Перечислите основы рационального питания, приведите синонимы к понятию «рациональное питание».
4. Вы получили сигнал об угрозе затопления или наводнения в районе проживания. Ваши действия?
5. Какие опасные ситуации могут возникнуть в быту?

3.5 Примерные ситуационные задачи по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности.

Задача 1. Вы смотрите телевизор, вдруг пропало изображение, слышно сильное гудение, ощущается запах гари. Ваши действия.

Ответ:

- не паниковать (не бегать, не кричать);
- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;
- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха.

Задача 2. Загорелся телевизор. Ваши действия.

Ответ:

- не паниковать (не бегать, не кричать);
- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;
- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;
- если горение все-таки усиливается, залить телевизор водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки (стоять сбоку);
- если взорвался кинескоп, то опасен ядовитый дым, поэтому покинуть помещение и предупредить других, особенно детей.

Задача 3. В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

Ответ:

- если у вас нет огнетушителя, подручными средствами тушения могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода;
- загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой;
- так же нужно тушить одеяло, подушки;
- нельзя открывать окна, так как огонь с приходом кислорода вспыхнет сильнее, из-за этого же надо очень осторожно открывать комнаты, где происходит пожар,
- пламя может полыхнуть навстречу;
- чтобы избежать удара током, необходимо отключить электричество, когда приходится тушить электропроводку или заливать водой;
- погасив пожар в квартире, необходимо убедиться, что ничто не тлеет; если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо в срочном порядке покинуть помещение. Покидать помещение можно, только зная, что в помещении никого не осталось;

- по задымленным коридорам пробираться на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма;
- необходимо закрывать по пути двери;
- вызвать пожарных по телефону 01 от соседей.

Задача 4. Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запах дыма. Ваши действия.

Ответ:

- попробовать определить источник запаха;
- позвонить в ближайшую квартиру и предупредить жильцов о возможной опасности;
- при обнаружении очага возгорания попытаться потушить пламя подручными средствами;
- в случае возгорания электропроводки обесточить электрический щиток;
- если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо вызвать пожарную службу по телефону 01 (или 112).

Задача 5. По возвращении домой вы обнаружили, что дверь вашей квартиры взломана или открыта. Ваши действия.

Ответ:

- не входить в квартиру;
- позвонить в соседнюю квартиру и вызвать милицию по телефону 02 (или 112);
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут предполагаемые воры;
- наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить возможных «гостей» (лица, одежду, телосложение);
- дождаться приезда милицейского наряда, не входя в свою квартиру;
- действовать в соответствии с распоряжениями сотрудников милиции.

Задача 6. Вы открываете дверь квартиры, а в вашей квартире посторонние. Ваши действия.

Ответ:

- закрыть дверь на ключ, не вынимая его из замка;
- обратиться за помощью к соседям;
- доступным способом по телефону соседей и т.п. вызвать милицию;
- позвонить домой и узнать, что там происходит;
- попросить кого-нибудь из соседей дежурить у подъезда, чтобы выяснить, на какой машине и куда уедут воры;
- наблюдая за квартирой, подготовиться к тому, чтобы запомнить «гостей» (лица, одежду, телосложение).

Задача 7. Звонок в вашу квартиру. Ваши действия.

Ответ:

- посмотреть в глазок;
- если на пороге незнакомец, попросить его представиться;
- не торопиться открывать дверь предлагающим погадать, купить дешево мед и пр.;
- если за дверью должностное лицо, то необходимо проверить его по телефону либо договориться о встрече в удобное для вас время;
- если ответа не последовало и нет цепочки, связаться с соседями (по телефону, если телефон отключен или отсутствует вовсе, через окно, балкон, стуком в дверь, в стену, в батарею отопления, в стояк труб), чтобы они помогли вам, не подвергая себя опасности;

- если соседи отсутствуют, выйти на балкон или открыть окно и убедить находящихся на улице (во дворе) людей сообщить в милицию или подняться к вам на площадку, соблюдая осторожность и действуя не в одиночку, а группой;
- если эти действия невозможны, то вызвать милицию по телефону 02.

Задача 8. Вы слышите шум, крики о помощи в подъезде вашего дома. Ваши действия.

Ответ:

- постараться выяснить причину, не подвергая свою жизнь опасности;
- не вступая в единоборство и конфликт с преступниками, сообщить о происходящем соседям, людям, входящим в подъезд или проходящим на улице;
- если конфликт разрешить мирным путем не представляется возможным, то необходимо вызвать наряд милиции.

Задача 9. На вас напали в лифте. Ваши действия.

Ответ:

- забыть о страхе и нерешительности;
- пустить в ход все подручные средства и известные приемы самозащиты;
- успех зависит от неожиданности, решительности, напора;
- помнить, что большинство преступников боятся своей жертвы;
- во избежание подобных ситуаций не входить в лифт с незнакомыми лицами.

Задача 10. Вас пригласили в гости. Какие меры предосторожности необходимо принять?

Ответ:

- сообщить близким о том, куда вы идете и когда вернетесь;
- если пригласили незнакомые люди, попросите кого-нибудь из знакомых сопроводить вас;
- если вам придется возвращаться в темное время суток, позвоните перед выходом домой и попросите встретить вас.

Задача 11. В вашей квартире ощущается сильный запах газа. Ваши действия.

Ответ:

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- проверить конфорки (если открыты, закрыть и перекрыть основной вентиль подачи газа);
- открыть окна и двери;
- пойти к соседям и позвонить родителям и в аварийную службу по телефону

Задача 12. Сильный запах газа в подъезде. Ваши действия.

Ответ:

- не включать свет и электроприборы, не зажигать спички;
- попытаться установить место утечки (перекрыть основной вентиль подачи газа);
- проветрить помещение;
- сообщить соседям;
- позвонить родителям и в аварийную службу по телефону 04.

Задача 13. Вы находитесь дома, услышали звуки сирены и прерывистые гудки. Ваши действия.

Ответ:

- немедленно включить радио или телевизор для прослушивания экстренных сообщений;

- сообщить соседям и родственникам о случившемся, привести домой детей и действовать согласно полученной информации;
- при необходимости эвакуации собрать в небольшой чемодан (рюкзак) вещи первой необходимости, подготовить квартиру к консервации;
- оказать помощь больным и престарелым, проживающим по соседству.

Задача 14. Вас в здании застало землетрясение. Ваши действия.

Ответ:

- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;
- строго выполнять их указания и рекомендации;
- с момента первых колебаний до разрушительных толчков обычно проходит 15-20 секунд, поэтому если вы находитесь на 1-2 этажах, быстро покинуть здание и отойти от него на открытое место;
- находясь выше 2 этажа, уйдите из угловых комнат;
- занять наиболее безопасное место (на удалении от окон, в проемах внутренних капитальных стен, в углах между стенами, лучше под кроватью, столом, другим прочным и устойчивым предметом).

Задача 15. Вы получили сигнал об угрозе затопления или наводнения. Ваши действия.

Ответ:

- сообщить о наводнении вашим близким, соседям;
- быть внимательным к сообщениям местных органов ГОЧС;
- строго выполнять их указания и рекомендации;
- продолжая слушать радио (если речь идет не о внезапном катастрофическом затоплении), готовьтесь к эвакуации, перенесите на верхние этажи ценные вещи;
- окна и двери первых этажей забейте досками или фанерой;
- при внезапном наводнении необходимо как можно быстрее занять ближайшее возвышенное место и быть готовым к организованной эвакуации по воде;
- необходимо принять меры, позволяющие спасателям своевременно обнаружить людей, отрезанных водой и нуждающихся в помощи; в светлое время суток вывесить на высоком месте полотнище, а в темное - подавать световые сигналы.

Задача 16. Произошел взрыв на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного заражения. Ваши действия.

Ответ:

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- при наличии измерителя мощности дозы (дозиметра), рентгенометра - определить уровень радиации;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания;
- сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее облучение организма;

- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться.

Задача 17. В вашем районе проживания произошел выброс ядовитых веществ. Ваши действия.

Ответ:

- защитить органы дыхания имеющимися средствами индивидуальной защиты - надеть маски противогазов, респираторы, ватно-тканевые повязки, противопыльные тканевые маски или применить подручные средства (платки, шарфы и др.);
- по возможности быстро укрыться в ближайшем здании, защитном сооружении;
- войдя в помещение, снять и поместить верхнюю одежду и обувь в пластиковый пакет или пленку, закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, включить телевизор, радиоприемник;
- занять место вдали от окон;
- провести герметизацию помещения и защиту продуктов питания; — сделать запас воды в закрытых сосудах;
- принимать лекарственные препараты, которые выдаются лечебно-профилактическими учреждениями в первые часы после аварии;
- строго соблюдать правила личной гигиены, значительно снижающие внутреннее отравление организма;
- оставлять помещение только при крайней необходимости и на короткое время. При выходе защищать органы дыхания ватно-марлевой повязкой (носовым платком, куском материи), предварительно смочив ее водой или раствором питьевой соды (при хлоре), раствором лимонной кислоты (при аммиаке) и надевать плащи, накидки из подручных материалов и средства защиты кожи. После возвращения переодеться;
- зону заражения необходимо преодолевать в направлении, перпендикулярном направлению ветра;
- при подозрении на отравление исключить любые физические нагрузки, принять обильное теплое питье и обратиться к медицинскому работнику.

Задача 18. Вы попали в железнодорожную катастрофу. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья.

Ответ:

- сохранять спокойствие, выдержку и самообладание, не поддаваться панике;
- закрыть голову руками;
- упереться ногами в стену по ходу движения поезда;
- если с вами ребенок, его нужно крепко прижать, закрыть собой;
- наиболее опасное место для пассажира - верхняя полка, а также падающий багаж;
- после того, как произошел удар и полная остановка вагона, первым делом нужно определить, в каком положении вы находитесь, не горит ли вагон;
- в зависимости от ситуации двигаться к выходу через дверь или окно;
- если двери сразу не открылись, скорее всего, их заклинило, в этом случае надо выбивать стекла;
- выбравшись из вагона и отойдя на безопасное расстояние, следует приступить к осмотру травм и повреждений и приступить к оказанию первой помощи пострадавшим.

Задача 19. Вы собираетесь в лес на прогулку. Какие меры предосторожности вы примете?

Ответ:

- необходимо подготовить обувь и одежду по погоде;
- взять компас для ориентирования и предметы первой необходимости (топор, спички);
- необходимо знать местность;

- предупредить близких, друзей или соседей о месте прогулки и ее длительности;
- при длительной прогулке взять не скоропортящиеся продукты питания и воду в закрытой упаковке.

Задача 20. Вы заблудились в лесу. Ваши действия.

Ответ:

- надо остановиться и присесть, подумать, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь. А для этого: - вспомнить последнюю приметку на знакомой части пути и постараться проследить к ней дорогу;
- если это не удастся, вспомнить знакомые ориентиры, лучше всего протяженные и шумные (железную дорогу, шоссе и пр.);
- если ориентиров нет, нужно постараться влезть на самое высокое дерево и осмотреть местность с высоты;
- выйти к людям помогают звуки - работающий трактор, лающая собака; помогает запах дыма, необходимо двигаться против ветра.

Задача 21. На вас напала собака. Ваши действия.

Ответ:

- к нападающей собаке повернуться лицом;
- принять стойку или броситься навстречу, если уверены в себе (собака натаскана на убегающего человека и скорее всего отскочит в сторону);
- используя подручные средства (зонтик, палку, камни), отступайте к укрытию спиной (забору, дому), призывая на помощь окружающих;
- если есть возможность, обмотайте пиджаком, плащом предплечье и руку, а затем, выставив ее (защищая шею и лицо от укуса), спровоцируйте собаку на укус и с силой ударьте по верхней челюсти собаки - от сильного удара она может сломаться;
- если собака сбила с ног — упасть на живот, руками закрыть шею;
- болевые точки у собаки - нос, пах, язык.

Задача 22. Вы решили искупаться в необорудованном водоеме. Меры предосторожности, которые необходимо принять.

Ответ:

- купаться в незнакомых и необорудованных водоемах не желательно;
- запрещается купание в нетрезвом виде;
- необходимо проверить глубину подручными предметами;
- выбрать безопасное место: удобный спуск, отсутствие камней, ям, коряг, стекол и пр., отсутствие водоворотов и быстрого течения;
- не желательно купаться в темное время суток;
- также опасно купаться в одиночестве;
- во избежание судорог и переохлаждения нельзя купаться в холодной воде;
- по возможности иметь спасательные средства.

Задача 23. Вы случайно оказались в толпе. Ваши действия.

Ответ:

- ни в коем случае не идти против толпы;
- стараться избегать ее центра и края - опасного соседства витрин, решеток, оград набережной и т.д.;
- уклоняться от всего неподвижного на пути - столбов, тумб, стен и деревьев;
- не цепляться ни за что руками;
- если есть возможность, застегнитесь;

- выбросить сумку, зонтик и т.д.;
- если у вас что-то упало, ни в коем случае не пытайтесь поднять;
- защитить диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди;
- упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу;
- главная задача - не упасть, но если вы все-таки упали, следует защитить голову руками и немедленно встать (быстро подтяните к себе ноги, сгруппируйтесь и рывком попытайтесь встать);
- при первой же возможности попытайтесь выбраться из толпы.

Задача 24. Вам необходимо пересечь водоем по льду. Ваши действия.

Ответ:

- оценить безопасность льда: для одиночного пешехода - зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 см;
- чтобы измерить толщину льда, надо пробить лунки по сторонам переправы (рекомендуемое расстояние между ними 5 м) и промерить их;
- на лыжах осуществлять переправу безопасней, чем пешком;
- следует поискать уже проложенную лыжню;
- если есть лыжи, то их крепления надо отстегнуть (чтобы легко от них избавиться), а палки держать в руках, не накинув петли на кисти;
- рюкзак лучше повесить на одно плечо или волочить за собой на веревке.

Задача 25. Вы находитесь у водоема, видите, что тонет человек. Ваши действия.

Ответ:

- определить, нет ли рядом спасательного средства - если поблизости есть спасательные средства, бросить их утопающему;
- позвать кого-нибудь на помощь;
- прийти на помощь утопающему, максимально учитывая течение воды, ветер, расстояние до берега и свои силы;
- приближаясь, старайтесь ободрить тонущего и успокоить его;
- если тонущий может контролировать свои действия, то он должен держаться за плечи спасателя, - если нет, то обращаться с ним надо грубо и бесцеремонно;
- если утопающий уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни (если человек пробыл под водой около 6 минут);
- вытащив на берег, осмотреть потерпевшего, оказать ему первую медицинскую помощь.

3.6 Примерные темы рефератов (презентаций) по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности.

1. Необходимость формирования безопасного мышления.
2. Что такое экологическая культура, экологическое сознание?
3. Психологическое здоровье: способы сохранения и укрепления.
4. Биологические ритмы человека.
5. Демографические проблемы XXI века.
6. Методы оценки рационального питания. Физиологические нормы питания.
7. Культура брачных отношений в XX-XXI вв.
8. Крупные ЧС в России и мире за последние 20-30 лет.
9. Роспотребнадзор и Ростехнадзор: общие черты отличия.
10. Военные реформы в России от Ивана Грозного и до наших дней.
11. Военнослужащий - патриот своей Родины
12. Честь и достоинство военнослужащего Вооружённых Сил Российской Федерации
13. Военнослужащий - специалист своего дела, и военнослужащий - подчинённый, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

14. Алгоритм оценки вида кровотечения.
15. Основы ПМП при различных травмах.
16. Здоровый образ жизни: почему это важно.
17. Рейтинг здорового образа жизни среди других ценностей.
18. Глобальные проблемы – источник ЧС.
19. Вредная привычка – «кто она»?
20. Алкоголь, курение и их влияние на здоровье человека.
21. Политика государства по поддержке семьи.
22. СПИД — чума XXI века.
23. Диета и нормы правильного питания как основа здорового образа жизни.
24. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
25. Техногенные катастрофы в начале 21 века: причины и последствия.
26. Человек и окружающая среда: взаимное благо и взаимная угроза.
27. Оценка экологической ситуации нашего края. Пути сохранения и восстановления окружающей среды на примере нашего края.
28. Современные глобальные проблемы человечества: примеры и пути их решения.
29. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
30. Сравнительные характеристики служб пожарной охраны различных государств.
31. Алгоритм действий населения при возникновении ЧС.
32. Военная служба как потребность государства.
33. Индивидуальный план подготовки к военной службе.
34. Альтернативная служба: плюсы и минусы.
35. Безопасность для человека в XXI веке – это ...
36. Войны XXI века и гражданская оборона.
37. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
38. Табачный дым и его составные части.
39. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
40. Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека.
41. Витамины и их влияние на организм человека.
42. Воздействие музыки на организм человека.
43. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
44. Стресс и его влияние на организм человека.
45. Пути повышения умственной и физической работоспособности.
46. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
47. Негативные факторы производственной среды.
48. Техносфера как источник негативных факторов.
49. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.

4.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Промежуточная аттестация знаний по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности осуществляется в форме дифференцированного зачёта. Условием допуска к дифференцированному зачёту является положительная текущая аттестация по всем видам формам текущего контроля.

Примерный перечень программных вопросов для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачёта:

1. Правила личной гигиены
2. Нравственность и здоровый образ жизни
3. Инфекции, передаваемые половым путём. Меры их профилактики

4. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции
5. Семья в современном обществе
6. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях
7. Чрезвычайные ситуации, их классификация и способы поведения в условиях ЧС
8. Мониторинг ЧС, государственные службы, участвующие в ликвидации ЧС
9. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму
10. Применение Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом
11. Основные задачи современных Вооружённых Сил России
12. Международная (миротворческая) деятельность Вооружённых Сил Российской Федерации
13. Ордена - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе
14. Основные понятия о воинской обязанности
15. Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт
16. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учёт
17. Правовые основы военной службы. Правовой статус военнослужащего
18. Военные аспекты международного права
19. Общевоинские уставы и их краткая характеристика (Устав внутренней службы Вооружённых Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооружённых Сил Российской Федерации)
20. Основные виды и особенности воинской деятельности
21. Основные обязанности военнослужащих
22. Порядок приведения к Военной присяге
23. Призыв на военную службу.
24. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте
25. Первая помощь при ранениях
26. Основные правила оказания первой помощи
27. Правила остановки артериального кровотечения
28. Способы им мобилизации и переноски пострадавшего
29. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата
30. Первая помощь при черепно-мозговой травме, при повреждении позвоночника